

РОДИТЕЛЯМ  ДЕТЕЯМ

Ольга Маховская

РАСТИМ СЧАСТЛИВОГО И УСПЕШНОГО РЕБЕНКА



 ПИТЕР®



Annotation

Вы мечтаете стать суперродителем, чтобы растить счастливого и успешного ребенка?

Не знаете, как преодолеть сложности в отношениях с чадом? Запутались в том, какая методика воспитания самая лучшая?

Тогда эта книга для вас! Известный психолог Ольга Маховская расскажет вам, как, наконец, стать счастливым родителем, о которых пишут в журналах. Вы получите исчерпывающие ответы на свои вопросы, а также рекомендации, советы и идеи, которые помогут вам победить стресс и чувствовать себя уверенно в любой ситуации.

- **Ольга Маховская**

- ☐ Введение
- ☐ Январь. Тренинг самообладания
- ☐ Февраль. Тренинг укрепления самооценки у пап
- ☐ Март. Тренинг усиления самооценки у мам
- ☐ Апрель. Тренинг юмора
- ☐ Май. Тренинг взаимной любви
- ☐ Июнь. Тренинг дружелюбия
- ☐ Июль. Тренинг эмоциональной сензитивности
- ☐ Август. Тренинг юного потребителя
- ☐ Сентябрь. Тренинг воли
- ☐ Октябрь. Тренинг любознательности
- ☐ Ноябрь. Тренинг креативности
- ☐ Декабрь. Тренинг завершенных действий
- ☐ Заключение. Кого вы растите – Пьеро или Буратино?

Ольга Маховская

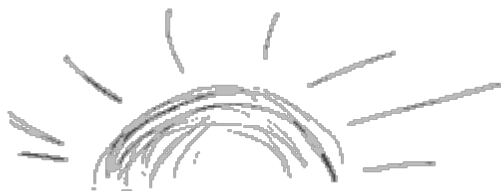
Растим счастливого и успешного ребенка

© ООО Издательство «Питер», 2017

© Серия «Родителям о детях», 2017

* * *

Введение



Правила – это рекомендации, советы, гипотезы, маячки, которые помогают людям прокладывать свой личный маршрут в бушующей стихии океана жизни. Родителям, которые отправляются в путешествие вместе с детьми, такие ориентиры помогут избежать не только рифов, но и качки, а может быть, даже крушения – это когда каждый настаивает на своем и корабль сбивается с курса, постоянно меняя маршрут.

Тренинг – это постоянное упражнение для разных групп мышц, разных групп навыков, которое в конце концов сделает вас другим человеком, подтянув за собой всю семейную команду. Походку, осанку, голос, привычки, мировоззрение лучше ставить с детства, чтобы уже взрослому человеку не пришлось переучиваться, ломая сложившуюся систему взглядов и поведения.

Счастье ребенка зависит от сплоченности и благополучия всех членов семьи. Ребенок не может быть счастлив сам по себе, веселиться, играть, развиваться в своем собственном режиме. Ему нужны родители с оптимистичным взглядом на жизнь и серьезным багажом правил, навыков и принципов. Счастье – это не одна радостная интонация. Это даже не широкая палитра переживаний, впечатлений от того, что происходит вокруг. Счастье – это разделенная с папой и мамой радость. Счастье – это резонансное состояние, совпадение, наложение, усиление ритмов, которые помогают всем свидетелям и участникам этого таинства сохранять свою связь с космосом.

«12 месяцев – 12 тренингов» – так называли мы свою программу, которая в течение года шаг за шагом повысит и укрепит благополучие вашей семьи.

Январь начнется с **Тренинга Самообладания**. Холодное время года – лучший период, чтобы тренировать выдержку и рассудительность. Тем более что январь – время детских новогодних праздников и каникул, а тут без воли не обойтись. В январе мы только разминаемся, набираем темп и выстраиваем

приоритеты.

В феврале пройдет **Тренинг Укрепления самооценки у пап**. В этом месяце мы отпразднуем 23 Февраля. И будет лучше, если вся семья подготовится сама и подготовит пап к их высокой миссии и триумфу отцовского авторитета. Это даже хорошо, если отцы будут лидировать в трудном деле тренировки родительских качеств. Они всегда рвутся в лидеры, так что большому кораблю – большое плавание.

В марте нас ждет **Тренинг Укрепления самооценки у мам**. Пришло время воздать должное женственности. По мере того как укрепляется отцовский авторитет, изменяется и мамина позиция. Она тоже хочет быть уверенной в себе. Она тоже хочет чувствовать себя нужной и желанной. Ей предстоит распутать клубки отношений, которые сложились в семье на предыдущем этапе, стать настоящей Василисой Премудрой.

Апрель – время **Тренинга Юмора**. И дело не только в том, что 1 апреля – день всеобщего веселья, весна всегда сопровождается нарастающим чувством радости.

А главное – без юмора невозможно представить себе дружную, веселую семью, с оптимизмом смотрящую в будущее.

В мае пройдет **Тренинг Взаимной любви**. Когда все члены семьи научились вместе веселиться, они уже почти создали атмосферу взаимной любви. Осталось только научиться выражать ее корректно.

Июнь – время **Тренинга Дружелюбия**. Прекрасно, когда все в семье любят друг друга, но по-настоящему любящие родители открыты не только по отношению к своим детям и друг другу. Как навести мосты с окружением? Как избежать конфликтов, при этом не оказавшись в одиночестве и изоляции?

В июле черед **Тренинга Эмоциональной сензитивности**. Сензитивность – это чувствительность к переживаниям других людей. Если ваш ребенок научится сопереживать, становится на место другого человека, он будет не только хорошим другом, но и успешным членом команды.

В августе пройдет **Тренинг Юного потребителя**. Время отпусков сопровождается поездками, покупками, подготовкой к новому учебному году. К августу дети подрастают – и требуется одежда большего размера. Самое теплое время года – пора мечтать. Грезы о будущем вместе с детьми научат их видеть разные возможности, казалось бы, в обычных делах. Как соединить в ребенке практическую смекалку и мечтательность, чтобы он не вырос избалованным и приземленным, но и не витал в облаках? Отсутствие навыков аккуратности в детстве переносится потом на другие сферы деятельности, и уже у

взрослого человека будут царить беспорядок в кабинете, разбросаны вещи дома, а на кухне – гора немытой посуды.

Сентябрь – Тренинг Воли. Время идти в школу, вставать и ложиться по часам, не опаздывать на занятия и не забывать учебники. Испытание для всех членов семьи. Как развить навыки самоорганизации?

В октябре нас ждет Тренинг Любознательности. Расширяется кругозор, а аппетит приходит во время еды. Как поддержать любознательность в ребенке?

Ноябрь – время Тренинга Креативности. Мало накапливать знания, нужно еще и совершать открытия, менять точку зрения на уже знакомые вещи, подбирать ключи к новым загадкам, наращивать аппетит к познанию мира.

В декабре пройдет Тренинг Завершенных действий. Конец года – время завершать дела, подводить итоги и выставлять баллы. Как научить ребенка не только мечтать о свершениях, но и оценивать результат? Что нужно не забыть сделать перед Новым годом, чтобы и следующий год прошел по нарастающей, стал особенным?

Желаем счастья и личных озарений Выдающимся Родителям и их Детям, которым так повезло в этом году!

Январь. Тренинг самообладания



Холодное время года – лучший период, чтобы тренировать выдержку и рассудительность. Тем более что январь – время детских новогодних праздников и каникул, а тут без волевых усилий не обойтись...

1 ЯНВАРЯ

Главный показатель родительского благородства в Новом году – накормить ребенка кашей!

День после новогодней ночи. Самое большое испытание – рано встать. Разумный родитель заранее подберет мультфильмы и приготовит завтрак. Но вы не из их числа. Разумный родитель заранее договорится с супругом, кто утром покормит детей. Вы

договорились, но забыли до чего. Проявите благородство и доберитесь как-нибудь до кухни. Не обращайтесь на гору немой посуды и разбросанные вещи. Благородство должно возобладать. Помните о цели: приготовить кашу и усадить малыша за стол. Сегодня можно смело сказать: «Эта каша от Деда Мороза. Тот, кто ее съест, будет целый год здоровым!»

Правило № 1. Родительский минимум: каждый день, невзирая на обстоятельства и свое настроение, кормить ребенка.

2 ЯНВАРЯ

Супердети против суперродителей.

Голова не болит. Силы прибывают. Но лень не отпускает. Так уж устроен наш человек: начнет отдыхать – не остановится. Чтобы облегчить ваши страдания, памятка на день:

1. Покормить (ребенка!).
2. Поиграть в лото (с ребенком!).
3. Поводить хоровод вокруг елки (с детьми!).
4. Посадить на плечи (ребенка!) и погалопировать.
5. Сводить на прогулку (ребенка!).

Если из пяти пунктов выполнены все пять, вашему ребенку повезло, у него суперродители! Если ни одного, повезло вам: у вас суперребенок. Еще и не обучался нигде, а такое олимпийское терпение!

Правило № 2. Пять (и более) совместных занятий на выходные, которые доставят удовольствие ребенку, создадут у него ощущение заботы и любви.

3 ЯНВАРЯ

Прогуляйтесь хоть как-нибудь.

Прогулки не избежать. Два дня ребенок провел «взаперти». Чтобы облегчить задачу, попросите ребенка одеть вас. Вопросы: «Где мои носки?», «Где мои ботинки?», «А где же мой шарфик?» сегодня лучше адресовать не супруге, а самому наблюдательному члену семьи. «Спасибо, солнышко. Что бы я без тебя делал?» – тоже ему. Если вы надели правый ботинок на левую ногу или вообще ботинки из разных пар, не спешите переобуваться. Идите так! Ребенка это позабавит: знакомые чувства! В такой обуви вы похожи на клоуна, особенно на полном ходу. Хорошо бы при этом не только раскачиваться и косолапить, но и упасть со всего маху под залиvistый детский смех. На такое способны только очень

сильные родители, с тренированной волей и самообладанием. Дети очень любят и гордятся родителями за их способность спуститься с небес и встать вровень с ними.

Правило № 3. Если родитель сможет превратить прогулку в приключение, для ребенка он станет самым любимым родителем. Желаем вам удержать этот титул чемпиона!

4 ЯНВАРЯ

Медитация по-русски в кругу семьи.

После праздничного подъема наступает спад, настроение становится меланхоличным, хочется побыть одному. Самое лучшее в этот день – пойти вместе в кино. Там вы сможете помолчать. Целых два часа не слышать любимые голоса, а пялиться в экран, размышляя о вечном. Если вам это не удастся, можно взять мусорное ведро и торжественно направиться к двери. Никто не будет перечить и становиться на пути. А после оригинальной прогулки с ведром можно вернуться спокойным и уравновешенным. Не стесняйтесь. Такой способ медитации практикует все больше граждан России. В парке вы встретите товарищей в расхлябанных ботинках на босую ногу и в пальто нараспашку. Зачем нам йога, если можно активно и с пользой оторваться, наматывая круги? Только не смотрите так жалостливо на бродячих собак, им это не понравится. В Новый год они сыты и довольны жизнью, а бродячие граждане у них вызывают презрение. Могут покусать. Что вы скажете дома? Ребенок не поверит, что такого большого и сильного папу мог укусить какой-то славный и веселый песик.

Правило № 4. Искусство родительства в том, чтобы, как лошади на марше, отдыхать на ходу. Родительство – это река, из которой нельзя выйти. Только вперед!

5 ЯНВАРЯ

Почему родители уходят на работу в самый разгар веселья?

Ура! На работу! Как на праздник. Самое глупое, что может сказать родитель в такое утро: «Хоть отдохну от вас всех!» Наоборот, соберите волю в кулак и скажите правду: «Мне так жалко, что каникулы закончились и приходится оставлять наше теплое гнездышко. Давай вечером еще поиграем? Я постараюсь вернуться пораньше!» Почувствуйте, как приятно произносить эти

слова. Повторите их три раза с нарастающей грустью. Подсказки ответов на вопрос: «А что ты будешь делать на работе?»:

1. Скучать по вам.

2. Исполнять желания, которые начальник загадал Деду Морозу.

3. Считать ворон в окне.

4. Переливать из пустого в порожнее.

5. Подниматься по карьерной лестнице.

6. Бить баклуши.

На уточняющий вопрос: «А как это?» пообещайте рассказать вечером. У маленьких детей конкретно-образное мышление. Они будут озадачены и станут терпеливо ждать окончания байки. Не только же вам испытывать терпение.

Правило № 5. Умейте создавать интригу вокруг своей взрослой жизни, возбуждать у ребенка интерес к работе и своей особе. Это усилит вашу харизму в глазах ребенка.

6 ЯНВАРЯ

Ритуал, который поможет вам разбогатеть.

Опять праздник – Рождество православное. Тут все просто и привычно: переодеваемся и поем колядки! Если вы так и не познакомились с соседями, предупредите консьержа, что в вашей семье любят традиции и ему придется поучаствовать в карнавальном действе. Назвался консьержем – отвечай за весь дом! Если совсем просто, то дети будут сыпать ему на голову зерно и рис, гречку-ядрицу по 34 рубля за килограмм, чтобы следующий год был богатым и счастливым, а цены на продукты больше не повышались. Скажите ему, что взамен детей нужно поблагодарить и дать немного мелочи. Попробуйте убедить, что это очень действенное средство разбогатеть всей семье, привить ребенку финансовый азарт и расширить его экономический кругозор. И не удивляйтесь, если дети и племянники консьержа через час придут к вам.

Правило № 6. Колядки, если их практиковать каждый год, помогут родителям сформировать у детей ироническое отношение к деньгам и простым способам заработка. Это ведь разновидность разрешенного попрошайничества.

7 ЯНВАРЯ

Где еще раздобыть немножечко счастья для своих детей?

Возможен прилив раздражения. Удивительно, но многие взрослые воспринимают праздники как один из видов пытки. И на следующий день чувствуют себя угнетенными и обманутыми. Детям хорошо: приятно получать подарки, но попробуйте их дарить с такой частотой и в таких количествах! К этому дню может закончиться не только кураж, но и средства. Самое время идти в гости к тем, у кого нет детей, или к бабушкам и дедушкам. Дайте и другим проявить свои лучшие чувства, а детям продлите праздник. Потому что для них Новый год – это время абсолютного счастья. А вы можете уединиться с друзьями на кухне и поговорить на традиционную тему «Какие же они утомительные, эти новогодние праздники». Все-таки мы – кокетливая нация, любим похвастаться несчастьями.

Правило № 7. Праздники – это фабрики детских иллюзий абсолютного счастья. В новогодние каникулы они должны работать на полную мощность.

8 ЯНВАРЯ

Кто еще не сделал зарядку?

Делаем зарядку. Кряхтим, сопим, но наклоняемся. Не становиться на весы! На весы становимся не раньше 31 января. Лучше взвесить ребенка, похвалить его за набранные килограммы. В этом возрасте они – показатель здоровья, а не расплывшейся фигуры. А после взвешивания вернитесь к зарядке вместе с ребенком. Личный пример – лучший способ убеждения. Раз-два! Раз-два! Молодцы. Тот, кто делает зарядку уже на восьмой день после Нового года, далеко пойдет! Народная примета.

Правило № 8. Когда все стяги безжизненно повисли на мачтах вашего корабля, нужно поднять хотя бы один стяг на виду у всей команды, объявив начало великого похода.

9 ЯНВАРЯ

Мой друг – Храбрый Воробей.

Жизнь входит в привычное русло, но пока медленно и плавно. Можно посидеть у окна вместе с ребенком, рассматривая снежинки и редких птиц. Кстати, дома полно крошек, целый мешок накопился за праздники. Во время прогулки подсыпьте их в кормушки. Можно рассказать историю о Храбром Воробье,

который зимует под окнами в ожидании своей подружки Ласточки, улетевшей на юг. Вы поможете Воробью встретить снова свою подругу. А у вашего ребенка есть такой друг? А у вас есть такой друг? Время рассказать о дружбе, которая придает нам сил даже в безнадежные холода и пургу. Время приглашать в гости друзей своих детей.

Правило № 9. Когда нам грустно и одиноко, верный способ улучшить настроение – пригласить друзей. Эту истину стоит передать по наследству детям.

10 ЯНВАРЯ

Что засчитывать – ошибки или достижения?

Закончилась первая декада января, а уже столько хороших начинаний. Воля – это учет и контроль. Подведите итоги: «Мы с тобою молодцы, потому что делаем зарядку, моем посуду, застилаем постель, кормим воробышка. Каждый день! В прошлом году мы этого не делали. Мы растем и развиваемся!» Обязательно похвалите ребенка. Так уж устроены родители, что контролируют и учитывают чаще ошибки, а не достижения. Внимание! Вместо: «Ты не моешь руки!» говорим: «Я заметил, ты чаще моешь руки!» Вместо: «Ты не умеешь до сих пор завязывать шнурки!» говорим: «Ты почти научился шнуровать ботиночки! Иногда я просто удивляюсь, как это у тебя ловко получается!» Словом, делайте все то, к чему вы привыкли, только чуточку наоборот.

Правило № 10. Тот, кто может менять курс на 180 градусов, – идеальный капитан.

11 ЯНВАРЯ

Об искусстве демократии при подготовке к празднику.

Подготовка подарков к старому Новому году. Многие вообще не дарят ничего на этот праздник, отчего он становится как бы ненастоящим. В канун старого Нового года можно вспомнить о том, что подарком может стать любая приятная мелочь – записная книжечка, брелочек для ключей, фонарик. Родители часто дарят подарки, которые нравятся им, а не детям. Причина тому – непреодолимый детский эгоцентризм. Ваш детский эгоцентризм, а не эгоцентризм вашего ребенка. Включайте механизмы обратной связи: «А как ты думаешь?», «А тебе это нравится?», «Я хотел бы с тобой посоветоваться», «А что если?» Только не для того, чтобы потом настоять на своем: «А я бы на твоём месте поступил вот так...» Мнимой демократии и ложного внимания к

нашим личным запросам нам и так хватает. Создайте совершенное государство в своем доме. Пусть дети станут в нем свободными и ответственными гражданами.

Правило № 11. Если родитель не знает, как поступить, он всегда может посоветоваться с ребенком.

12 ЯНВАРЯ

Как обмануть ребенка и остаться с чистой совестью?

Подготовка к старому Новому году. Нужно бы убраться перед очередным праздником. Большинство людей приходят от такой перспективы в уныние. Но не вы! Самообладание – это еще и способность к приятному самообману. Предложите ребенку пошалить перед уборкой, разрешите ему устроить ураган в собственной квартире, и благодарное чадо с удовольствием включится в игру «Наведи порядок на своей планете». Запомните: чем быстрее вы научите ребенка убираться, тем меньше вам придется заниматься этим самому. А уборка будет ассоциироваться у членов вашей семьи с фантастической феерией, праздником космического хаоса.

Правило № 12. Человечество тратит огромные интеллектуальные ресурсы на то, чтобы сэкономить физические. Лень изобретательнее рутинной работы.

13 ЯНВАРЯ

Простота старого праздника делает его еще более привлекательным и полезным.

Старый Новый год вовсе не обязывает вас прибегать к старому меню: пресловутые оливье и селедка под шубой под охлажденное шампанское. Хочется чего-то крупного и горячего, а не мелкорубленного и холодного. Глинтвейны, пунши, родная водочка и коньячок для взрослых. А детям – пельмени, вареники и манты. Причем с момента замеса теста. Как же они соскучились по этим совместным занятиям лепкой, важным для развития интеллекта и воображения, тактильных переживаний! Вы убедитесь, какими настойчивыми бывают дети, как долго и упорно они могут месить и раскатывать, лепить и выкладывать. Интерес к занятиям – первейший фактор любой деятельности. А от произвольного внимания и интереса к сознательным волевым действиям уже рукой подать. Главное – обнаружить в ребенке скрытые резервы.

Правило № 13. Простота и гениальность родом из детства. Позвольте детям проявить инициативу – и у вас получится праздник, полный сюрпризов.

14 ЯНВАРЯ

Боремся с посленовогодним синдромом скороспелых разводов.

По статистике, посленовогодний синдром характеризуется резким ростом заявлений о разводе. Не будем поступать банально, как примитивный обыватель, который все время ищет комфортной жизни, со времен слоников и белоснежных салфеток на комодах. Несчастные люди, все им нейдет. То жмет, то колет. Развестись всегда успеем. По той же статистике, 70 процентов взрослых и здраво мыслящих людей скучают по своим бывшим супругам и детям. Интересно, что ровно через месяц, 14 февраля, молодые родители снова признаются друг другу в любви. По своим родителям скучает 100 процентов детей. Мы раздражаемся и обижаемся, потому что очень любим друг друга, но не уверены, что любимы. Обнимемся?

Правило № 14. Посленовогодняя апатия, как и послеродовая депрессия, – результат активной интоксикации организма чужеродными веществами. Словом, нужно выровнять физиологический фон перед принятием психологически выверенных решений.

15 ЯНВАРЯ

Как научить ребенка и научиться самому управлять своими страстями?

Теперь отступать некуда: год начался, время проб и ошибок позади. Проведите этот день на сниженных обертонах. Есть такое упражнение: «Подели себя на два!», то есть делайте то, что хочется, но в два раза медленнее и тише. Научите этому ребенка. Например, он хочет съесть конфету, предложите ему поделить ее пополам и поделиться с вами. Исполните с ребенком его любимую песню-караоке. А теперь предложите ему приглушить звук и спеть тише, чтобы не было слышно в соседней квартире. А теперь для сравнения спойте шепотом. И снова – вполголоса. Нужно научиться регулировать свои эмоции и экспрессию. И начинать лучше с детства. Справляться со своими страстями трудно, но можно. Главное – усвоить простой принцип: «Я умею управлять собой! Лучше научиться владеть собой, чем мириться с тем, что другие управляют тобой».

Правило № 15. Чтобы достичь цели, иногда нужно не увеличивать усилия, а уменьшить азарт и снизить аппетиты.

16 ЯНВАРЯ

Детские антенны настроены на эмоции членов семьи.

Чтобы лучше владеть собой, нужно научиться распознавать эмоции других людей. Учатся этому в период ролевых игр, в дошкольном возрасте, о чем не все родители догадываются, рассуждая так: «Вырастет, сам поймет!» Действительно, сложные понятия вроде «трансцендентное тождество» ребенку осознать трудно. А вот эмоции – это их стихия. А родительские чувства – камертон детских переживаний. Они чувствуют себя несчастными, если мы грустим или паникуем. Свои эмоции родителям стоит называть прямо и по возможности объяснять: «Я немного грущу, потому что моя команда проиграла. Я чувствую себя проигравшим каждый раз, когда они пасуют!» Если ребенок погладит вас по голове или скажет: «Не грусти. Они еще выиграют!», станет легче и вам, и ему. Это лучше, чем жить в обстановке, как будто в семье кто-то умер, но еще не решили, кто именно.

Правило № 16. Если и ребенку вас не жалко, значит, никто не догадывается, как вам плохо.

17 ЯНВАРЯ

О самообладании и наказаниях.

У российского родителя есть такая фишка – наказание впрок, чтобы неповадно было. Так в древних культурах и языческих племенах реагировали на отступление от предписаний вождей и шаманов, формировали строгие табу. Наказания были физические, вплоть до жестоких способов убиения. После революции со времен собак Павлова остановились на формировании простых условных рефлексов: запретное действие сопровождается болезненным раздражителем. В домашних условиях небольшие разряды традиционно заменены кнутом (или ремнем). В советские времена у физических наказаний было научное обоснование. Дорогие родители, хотя Ивану Павлову и дали Нобелевскую премию, однако совсем не за систему воспитания и обучения. От аналогии между собакой и человеком давно отказались в пользу человека. Возможности людей гораздо шире, а перспективы воспитания детенышей благоприятнее. Более того, если сразу вводить сверхсильные, болезненные

раздражители, повысится порог чувствительности, ребенок перестанет понимать простые слова. Предлагается объявить мораторий на телесные наказания именно с этого дня. По календарю все равно нет никаких особых праздников, а душа по инерции просит чего-то особенного. Нет физическим наказаниям!

Правило № 17. Физические наказания помогают только садистам. Для всех остальных это тяжелая психологическая травма.

18 ЯНВАРЯ

О самообладании и ограничениях.

В промежуточном спектре воздействий на ребенка – разумные и понятные ограничения. Принцип «Все хорошо, но в меру!» должен стать ключевым для всех, кто хочет жить в гармонии с собой и миром. Основной мишенью ограничений, как правило, становятся игры, то есть то, что захватывает ребенка целиком, поглощает его внимание и оккупирует память. Основным критерием ограничений в этом случае является время игры. Вот почему важно научить ребенка контролировать время. Приборы незаменимы. Вы же контролируете размеры талии с помощью сантиметровой ленты, а банковские счета с помощью калькулятора? Несмотря на то что часы теперь есть в каждом мобильнике и на каждом мониторе, от телевизора до компьютера, лучше начинать с простых механических часов. Их циферблат легко делится на дольки, как апельсин. Только в апельсине 9 долек, а на часах 12. Основное правило: нельзя съесть все дольки сразу, появится аллергия или другое заболевание. Говоря на языке часов: нельзя играть непрерывно целый час. 2–3 дольки (10–15 минут) – для детей до 5 лет, 4–5 долек (20–25 минут) – для детей до 6 лет, 5–6 долек (полчаса) – для первоклассников. Каждый день рождения ребенка вы можете объявлять ему о новых возможностях и достижениях.

Правило № 18. Терпение и самообладание можно посчитать и измерить в минутах и часах.

19 ЯНВАРЯ

О самообладании и поощрениях.

Время, выделяемое на игру, может стать и способом поощрения. Торг с ребенком неизбежен. Но у торга должны быть объективные основания. Решите для себя, за что и почему вы готовы поощрять своего ребенка. Не забудьте про способность

сочувствовать другому (игрушке, животному, человеку). В дошкольном возрасте детям свойственен антропоморфизм (способность одушевлять все окружающее). Это хороший период для того, чтобы развивать чувствительность, способность сопереживать, жалеть, радоваться, восхищаться. Например, если на улице холодно, можно побеспокоиться, не мерзнут ли игрушки, птички, деревца.

Правило № 19. Увеличивая или уменьшая время игры, мы формируем у ребенка интуитивное чувство справедливости.

20 ЯНВАРЯ

Как сформировать желаемую личность у ребенка?

Опыт показывает, что через наказания и поощрения мы формируем желаемую личность у своих детей. А желаем мы чаще всего, чтобы они были похожи на нас. Так, аккуратная мама будет выражать восторг и недовольство в зависимости от того, насколько чистоплотна ее дочка. Умный отец среагирует на школьные успехи или будет непрерывно рассказывать о том, что его сын или дочка «уже умеют читать». Богатый родитель будет держать ребенка в напряженном ожидании все новых и новых приобретений, а также научит его хвастаться и «гонять понты». Родитель-эгоцентрик станет приставать с просьбой: «Ну-ка, покажи, как ты меня любишь!» Наши дети вырастают нашими точными копиями. Интересно, что осознается это очень трудно. Все мамы уверены, что дети похожи на пап и против генов не работает никакое воспитание. Даже когда все знакомые и родственники хором говорят: «Ты сделала его таким своими руками! Он очень похож на тебя!», мама только разводит руками: «О чем вы говорите! Я знаю своего ребенка – упрямый, конфликтный, капризный. Разве этому я его учила? Я ему говорила: слушай свою маму, она тебе плохого не посоветует».

Правило № 20. Ребенок реализует теневую часть личности родителя.

21 ЯНВАРЯ

О личных границах.

Ребенок, как и взрослый, должен чувствовать себя уверенно в пределах личных границ. А происходит это тогда, когда эти границы не нарушаются. В противном случае человек чувствует или обиду, или агрессию. Обида – это реакция на поражение в

правах у слабых граждан, если нет никаких способов отстоять статус-кво. Агрессия – это реакция сильных людей, которые отвечают немедленно и в отместку проводят экспансию на территории противника. Не обманывайте детских надежд и не нарушайте договоренностей. Припадки агрессии и детские истерики – часто только ответная реакция ребенка с сильным темпераментом на ущемление его интересов. Например, если ваш шопинг длится дольше обычного (скидки!) и вы таскаете за собой ребенка, он устанет и обязательно «опозорит» вас на людях неуправляемым поведением. Иногда мы превращаемся в ошалевших шопоголичек, которых остановит только опустевший кошелек...

Правило № 21. Эмоциональная близость между людьми не исключает личных границ. Даже у детей.

22 ЯНВАРЯ

Мера свободы ребенка.

Самый простой способ установить границы детской федерации – выделить ребенку комнату и назначить его там начальником. Если нет возможности выделить детскую, можно хотя бы уголок. И вот здесь-то все правила устанавливаются только в процессе дебатов и обсуждений с ребенком. Принцип простой: отдать столько прав и обязанностей, сколько он может взять. Вы регулируете только время. А в кодексе этой детской автономии должно быть все, что есть в кодексе взрослых. В том числе уборка по субботам или пятницам. Конечно, расхождения возможны. Но важно сообщить сыну или дочке, что вы готовы помогать и участвовать в том случае, если ваши часовые пояса совпадают. Это касается совместных завтраков, обедов и ужинов, общих игр, выполнения домашнего задания. Некоторые дети любят все делать за компанию, а для других это сущая пытка – они любят сосредоточенно возиться сами.

Правило № 22. Мера свободы ребенка обсуждается, согласовывается и принимается как конституция, а не как уголовный кодекс.

23 ЯНВАРЯ

Каждый ребенок должен стать пограничником.

Умение сказать «Нет!» себе или другим – ценнейшее качество и верное указание на самообладание. Иногда эта способность равносильна выживаемости. Сегодня проводим тренинг

безопасности. Чтобы научить ребенка говорить «Нет!» незнакомцу на улице или чужаку, звонящему в дверь, потренируйтесь, а не просто приговаривайте: «Если в дверь позвонит чужой дядя, не открывай!» Выйдете за дверь и позвоните. Понаблюдайте за тем, как ведет себя ребенок. Не хвалите его, если в ответ на звонок в дверь он радостно бежит: «Кто там?» Это опасный навык для маленьких детей. Мама-козочка так и не смогла научить своих козлят не подходить к двери без разрешения родителей. Ну и чем это закончилось? Ситуация более сложная – если звонят по телефону, а дома никого нет. Ведь и вам нужно поговорить с ребенком, узнать, как он, пока вас нет дома. На этот случай поможет игра в шпиона и пограничника. Шпион звонит, чтобы выведать самую главную семейную тайну, а пограничник делает все, чтобы ее скрыть. Можно ответить: «Извините, вы ошиблись номером!» Этот фокус проходит уже потому, что детские голоса не так запоминаются, как родительские. Иногда взрослые даже не могут понять, кто говорит на том конце провода – мальчик или девочка. «М-да, – подумает “шпион”, – наверное, мне предоставили неверные сведения... Похоже, я действительно ошибся номером».

Правило № 23. Мало не нарушать личные границы ребенка, важно научить его отражать посягательство на свою территорию других людей.

24 ЯНВАРЯ

О постепенности и последовательности научения.

Вспомните, что из того, что вы уже попробовали в этом месяце, оказалось наиболее интересным для вас и вашего ребенка. Чтобы закрепить результат и при этом сохранить хорошее настроение, стоит повторить успех. Повторение – мать учения. А хорошее настроение – залог дальнейшего прогресса. Среди комплиментов этого месяца должны преобладать следующие: «Ты умеешь справляться с трудностями», «У тебя сильный характер. Ты знаешь, как достигать результата. И не боишься неудач!», «Мы видели, что тебе хотелось еще кусочек торта, но ты сдержал себя и оставил его младшему брату. Молодец!», «Я помню, ты вначале заплакал, а потом взял себя в руки. Так ведут себя сильные, взрослые люди», «Давай посмотрим, какие мы мышцы накачали. Зарядка идет на пользу!», «Смотри, воробышки веселые, сытые, это они тебе спасибо говорят!» Не забывайте повторять подвиги.

Правило № 24. Привычка – это трижды

25 ЯНВАРЯ

Как узнать свое место в детской картине мире?

Стоит проверить, не пострадали ли отношения в семье от упражнений этого месяца. Для этого подойдет тест «Рисунок семьи». Попросите ребенка нарисовать семью и описать то, что получилось. Важным будет все – размеры фигур, расстояние между ними, пропорции; чем больше указаний на близость, точность и детализацию, тем лучше отношения в семье. Но может случиться всякое. Если ребенок забыл вас нарисовать, значит, нужно уделять ему больше времени, он просто на вас не рассчитывает. Ведь вы все время «на работе», «в командировке» или «заняты чем-то очень важным». Не расстраивайтесь, помните, что у вас месячник самообладания. Будем над собой работать.

Правило № 25. Если вы не считаете свою семью самой важной, то и семья вас сбросит со счетов.

26 ЯНВАРЯ

Пропагандируйте свои ценности, не молчите!

Каждый родитель должен стать пропагандистом своей роли. Вы удивитесь, но некоторые дети серьезно размышляют над тем, зачем нужны родители. Они примеряют ситуации, когда родители уедут надолго, а не на пару дней и придется выживать одному. Действительно, если папа и мама появляются дома ненадолго, поздно вечером, а утром их уже нет, может создаться впечатление, что можно жить и так. Такие размышления могут довести ребенка до подготовки побега. От фантазий до реальных побегов может пройти несколько лет. Не стоит пускать все на самотек. Вместо «Я тебя кормлю-пою» нужно использовать другие формулы: «Не волнуйся, я все время рядом. На работе я часто прислушиваюсь к небу, все ли нормально с моим любимым детенышем? Точно так делают и волчицы, и львицы, и лисички... Я ни на одну минуту не забываю о тебе», «Ты всегда можешь на меня рассчитывать. Только попроси: “Мне нужна твоя помощь!”», «Я так сильно по тебе скучаю!», «Больше всего на свете я люблю с тобой обниматься!» Ребенок должен чувствовать, что он для вас – особенный, драгоценный, всегда желанный. Самый важный человек на свете.

Правило № 26. Если вы будете молчать, ребенок ни за что не догадается, что вы его любите.

27 ЯНВАРЯ

Чем родители занимаются с детьми?

Дети любят сильнее тех взрослых, кто исполняет большинство их скрытых и явных желаний. Преимущества тут у родителя, который больше времени проводит в кругу семьи. Но можно время заменить интенсивностью и качеством общения. Хитрость состоит в том, чтобы в те короткие промежутки времени, когда вы бываете дома, успеть поинтересоваться желаниями ребенка, помечтать вместе с ним, ответить на вопросы и, конечно, похвалить. Словом, нужно организовать, чтобы дождь счастья проливался на ребенка в ту минуту, когда вы возвращаетесь. И тогда каждый раз вас будет встречать восторженный детский возглас: «Папа пришел!», «Мама вернулась!» Даже если вы очень устали, надевайте маску радости перед тем, как войти в дверь собственного дома. Это просто неприлично – встречать домашних кислой миной. То, как мы встречаем домашних каждое утро, выдает наше отношение к ним с потрохами.

Правило № 27. Следите за вывеской на дверях своего дома. Если на ней написано «Закрывается», не удивляйтесь, что никто не приходит в гости.

28 ЯНВАРЯ

Как воспринимать детские жалобы?

Лучше всего самообладание тренируется во взаимодействии с другими людьми, со сверстниками. Так, в ролевой игре нужно не только помнить общий план события, сюжет сказки, но и терпеливо ждать своей очереди. Если ребенок будет вести себя экспансивно, дети просто не будут с ним играть в следующий раз. Внимательно выслушивайте жалобы ребенка на других детей, давайте понять, что его переживания вас по-настоящему беспокоят. Но ответы должны быть примиряющими, компромиссными: «Я понимаю, Петя помешал тебе сыграть роль, как ты хотел, но ему не терпелось выступить. Он маленький и пока не может запомнить, кто за кем. То, что ты видишь его ошибку, говорит о том, что ты старше и умней. А старшие дети всегда более терпеливые, сдержанные». Внушайте своему ребенку простые правила решения конфликтов: «Если друг или подруга тебя не слышат, стоит повторить несколько раз то, что считаешь важным», «Если у вас не получается договориться, может, стоит выбрать капитана команды, того, кто будет следить за порядком?», «Вряд ли кто-то захочет с тобой специально

ссориться. Вам нужно еще раз поговорить, попробуй то, что предлагает твой товарищ!»

Правило № 28. Родителю стоит заглядывать в детскую «Книгу жалоб» хотя бы для того, чтобы проверить, нет ли там его имени.

29 ЯНВАРЯ

Кто выбирает друга для ребенка – он или вы?

Печально, но не со всеми ребенку удастся договариваться, играть с удовольствием. Одни дети вызывают симпатию, другие раздражают. Если дети симпатизируют друг другу, их игра течет непрерывно. Дети с энтузиазмом относятся к инициативам друг друга, никогда не жалуются взрослым. Законы симпатии слабо изучены. Но сам факт избирательности отношений ребенка к другим детям нужно учитывать. Когда мы говорим своему ребенку в ответ на его жалобы: «Пойди лучше поиграй с Петей», мы фактически признаем этот факт. Дети хорошо ладят, если ладят их родители. А их родители лучше понимают друг друга, если они одного статуса, сходных профессий и ценностных ориентаций. Этот социоэкономический фактор очень силен. Мы все чувствуем себя более защищенными и спокойными в своей статусной группе.

Важно, чтобы среди друзей вашего ребенка были те, кого вы с удовольствием пригласите домой и к кому с радостью отпустите его в гости.

Правило № 29. Нужно помочь ребенку подружиться с детьми из семей вашего круга. Такая дружба будет паритетной и понятной обеим сторонам.

30 ЯНВАРЯ

Не бросайтесь «неудачными» друзьями!

Социальная изоляция и социальная автономия – не одно и то же. Близких друзей мы выбираем для детей сами, но общаться им предстоит с детьми из разных социальных классов. Их будут объединять общее детство, общие игры, одна и та же воспитательница детского сада или учительница. Вы станете первыми и главными интерпретаторами поведения детей из других социальных групп. Очень важно преодолевать негативные стереотипы. Статистика уверенно показывает, что дети мигрантов и переселенцев более мотивированы на успех и в перспективе могут оказаться начальниками детей коренных москвичей. Нам

просто невыгодно ссорить детей. Выгодно учить их сотрудничеству. Поэтому не шипите недовольно в спины «нерусских» родителей и их детей в детском саду или школе. У вашего ребенка фора на старте, но это еще не приз победителя. А конкуренция только стимулирует победы у людей с психологией победителей. И угнетает тех, кто готов расписаться в том, что он неудачник.

Правило № 30. Избирательность в дружбе не означает агрессивное неприятие остальных детей. Играть можно со всеми, вопрос только: во что?

31 ЯНВАРЯ

О преимуществе ранних детских провинностей.

Самообладание – это тест-драйв для наших эмоций, желаний, фантазий. Если за этот месяц вы научились сдерживать и корректно выражать ваши желания и мысли, значит, в будущем с этим справится и ваш ребенок. Самообладание – результат воспитания, а не природный дар. Парадоксально, но чем сильнее темперамент, неудержимее страсти, тем быстрее формируется способность к самообладанию. Чем экспрессивнее ведет себя ребенок, тем более четкую обратную связь он получает от родителей. Вялые, спокойные дети не беспокоят своих родителей и «обкатывают» свои желания во взаимодействии с другими людьми. Они позже начинают понимать, чего именно им хочется. Почаще используйте выражение «Я бы хотел...» или спрашивайте прямо: «А чего ты хочешь?» Помогайте детям формулировать свои желания, а только потом ищите вместе с ними способы их исполнять.

Правило № 31. Сильные поступки и целеустремленность рождаются из сильных и ясных желаний.

Февраль. Тренинг укрепления самооценки у пап



1 ФЕВРАЛЯ

Как похвалить папу?

Весь этот месяц мы будем говорить комплименты и поощрять достижения пап, чтобы 23 февраля выглядеть убедительно и естественно. Для пап – это аванс и благословение семьи на будущие свершения. Праздничные комплименты – это всегда аванс. Дети склонны принимать восхищения в свой адрес на полном серьезе, у них еще не сформировалось критическое мышление. Мамы хотели бы, чтобы говорили только о положительной стороне их образа. А папы любят, когда их хвалят по делу, за конкретные заслуги. Дорогие мамы, нужно напрячь память и вспомнить, что хорошего сделал отец вашего семейства за последние полгода-год. Вспомните ненароком, но в присутствии всех членов семьи: «Ах, все-таки как хорошо ты придумал с этим угловым шкафом. Я каждый раз открываю дверцу с благодарностью!» или «Я почему-то вспомнила сегодня, как ты принес домой эту огромную елку! До сих пор не пойму,

как тебе удалось ее провезти через весь город и дотащить до восьмого этажа? Неужели тебе никто не помогал?»

Правило № 32. Добрые воспоминания о сделанном – лучший комплимент для папы!

2 ФЕВРАЛЯ

Секрет отцовской харизмы.

Папам не рекомендуется изображать из себя непобедимых мачо перед детьми. Это лучше приберечь для женщин. Детей восхищают папина смелость и дерзость, а не монументальность и неуязвимость его образа. Только распугаете малышей! Папа – это не волшебник, который решает все проблемы не моргнув глазом, папа – это тот, кто не боится рискнуть еще раз даже после неудачи. «Вот это да! Он пробует снова и снова! Если уж папа взялся, он добьется своего, нужно только время!» – примерно так чувствует малыш, наблюдая за папой, который пытается завязать ему ботиночки. Ведь малыш пока не умеет шнуровать сам, а это так важно. Харизматик – это человек, который многократно делает у нас на глазах то, что нам не по силам. Делайте что-нибудь важное и почаще – и вы станете для ребенка настоящей звездой! Только не прогоняйте его в раздражении: «Не путайся под ногами, ты мне вечно мешаешь!» Папы воспринимают более слабых членов семьи или как помощников, или как помеху на пути к достижению своих целей. Ребенок обязательно станет вашим помощником, но вначале он должен убедиться воочию, что вы сами умеете делать что-то стоящее.

Правило № 33. В семье тот становится настоящим лидером, кто доказывает на деле, как много он умеет.

3 ФЕВРАЛЯ

Кто эффективнее решает проблемы – папы или мамы?

Жизнь – это калейдоскоп рисков и неопределенностей, поэтому большинство проблем мы решаем методом проб и ошибок. Если у вас нет готового решения, ключевая формула к успеху – «Давай попробуем!». Нужно передать ее по наследству своим детям. Папы напрасно боятся потерять авторитет, берясь за сложные или новые дела. Если компетенций не хватает, в крайнем случае можно сказать вслух: «Надо бы посоветоваться с товарищами!» или «Давай посмотрим, что пишут в Интернете!» Папы – это люди инструкций, мамы – люди советов, поэтому к «совещательному» способу решения проблемы чаще прибегают

мамы, к пошаговому – папы. Если папы попробуют мамин способ обучения, их возможности чрезвычайно расширятся. Но прежде чем молча углубиться в чтение инструкции при детях, лучше открыть дискуссионный клуб, привлекая домочадцев к решению креативной задачи (например, сборке мебели). Если хором не получится, тогда нужно звонить «аксакалам», мудрым старцам, профи. Так мы покажем пример разумного поведения с акцентом на цели, а не на очередной демонстрации отцовского авторитета «при любых обстоятельствах».

Правило № 34. Пробовать, рисковать, действовать по инструкции может научить ребенка только отец. Мамы предпочитают старые проверенные способы, которые передаются из уст в уста. Даже старинные рецепты они перепроверяют у подруг.

4 ФЕВРАЛЯ

Парадоксы отцовского существования.

Дом с мужской точки зрения – это пространство с ограниченными возможностями. Все члены семьи чувствуют себя в нем защищенными, а отец – связанным. Чувство связанности и ограниченности возникает из-за неверно понимаемой роли в семье. Главная задача отца – это выстраивание стратегии развития семьи. Самый трудный жизненный вопрос – «Как жить дальше?» («А что будет дальше?») – адресуется мудрому главе семьи, а не матери, которая обещает любить всех при любых обстоятельствах. Если отец хочет соответствовать ожиданиям домочадцев, ему лучше привлекать их к обсуждению планов, а не сторониться, опасаясь саботажа.

Правило № 35. Плохие планы лучше, чем никакие. Несбыточные планы мобилизуют, а реалистичные организуют.

5 ФЕВРАЛЯ

Как поднять паруса на семейном корабле?

Бывают очень грустные семьи. И дети, и родители хорошие, но очень тоскливо у них дома. Смеяться и шуметь не принято. Как будто все ждут кого-то или терпят что-то.

Уныние – результат схлопнувшегося горизонта у семьи. Родители еле тянут лямку. Только тронь – обидятся или начнут предъявлять всем претензии. Хорошая, пусть и не до конца реалистичная перспектива мотивирует всех на движение,

достижения и взаимную поддержку. Какой вы видите свою жизнь и жизнь своей семьи через пять или 10 лет? Дети меняются наиболее очевидно, совместные обсуждения их планов помогут вам определить и свои перспективы. У детей всегда много фантазий. Не бойтесь детских фантазий, бойтесь их отсутствия.

Правило № 36. Поощряйте фантазирование о будущем у детей.

6 ФЕВРАЛЯ

Куда пытается сбежать папа, чтобы не стать главным?

Инфантильные отцы не относят проблемы семьи на свой счет, а пытаются их игнорировать, подыгрывая материнским чувствам жены. Некоторые отцы и вовсе предпочитают играть роль старшего ребенка в семье, помощника по хозяйству. Они считают, что семья и дети – это удел матерей, а от них можно требовать только посильной зарплаты. Помогать по хозяйству и приносить зарплату, конечно, надо, но не для того, чтобы отказаться от более важных обязательств.

Правило № 37. Отец – это капитан корабля, а не юнга. Главная его задача – рулить, не растеряв команду!

7 ФЕВРАЛЯ

Рецепты от диванной болезни.

Из-за того что мужчины заинтересованы в масштабных проектах, требующих напряжения ума и воли, семейные дела кажутся им невыносимо скучными. Нашим папам легче вообще отказаться от всякой активности по дому, чем проявлять ее в мизерных дозах, да еще по принуждению и под руководством жены. Полное расслабление на диване мужчины оправдывают для себя ожиданием трудных времен, необходимостью хорошенько отдохнуть перед серьезным прорывом. Не нужно ждать, когда грянет гром! Включите фантазию. Вынося мусор, например, представьте, что выносите ядерные отходы и боретесь за экологическую чистоту планеты в целом, а не только своих собственных квадратных метров. Игры на открытом воздухе, строительство дачи, катание на коньках и лыжах, путешествия расширяют ареал действий и усиливают отцовскую маневренность. Мамам следует поощрять и разделять отцовскую экспансивность, присоединяться самой или благословлять детей, особенно мальчиков, на подвиги. Диваны – враги семей по всему миру. С дивана легко можно перебраться не на быстрого рыска,

а в инвалидную коляску. Это только в сказке про Илью Муромца можно лежать на печи тридцать лет и три года, а потом за три дня совершить тридцать три подвига. За тридцать три года дети вырастут и, махнув рукой на отца, объявят себя сиротами и отправятся на все четыре стороны искать счастья.

Правило № 38. У Ильи Муромца не было детей, так что назвался папой – слезай с печи или дивана.

8 ФЕВРАЛЯ

Кто же вынесет мусорное ведро?

Кстати, о мусорных ведрах. Мамы считают, что вынос мусорного ведра – это минимум домашних обязательств, а папы – что это максимум издевки над их королевским самолюбием. Никогда не встречайте отца с ведром или пакетом мусора в руке. А если он только что разговаривал с главой Центробанка и ему предстоит принять важное кадровое решение? Получив ведро в руки, он поймет, что его удел – грязная работа на подхвате, а лидерские позиции разве что для его предприимчивой жены. Словом, нет ничего более губительного для мужской самооценки, как предложение выносить помой каждый день. Поскольку женщины и дети не такие чувствительные к трэшу, можно поручить торжественный вынос мусора кому-то из старших детей или оставлять пакет у двери барабашке – кто-нибудь, проходя мимо, утащит пакет с собой без лишних разговоров. Тот же отец, если на него не давить, незаметно умыкнет мусор, чтобы освободить выход. Но не думайте, что отцы смиряются со своей участью. Они просто придумывают себе утешительные теории, например о том, что они выносят не мусор, а ядерные отходы, спасая человечество.

Правило № 39. Чем масштабнее задача, тем она интереснее мужчине. Из-за слабой мотивации к мелким делам может показаться, что папы не способны делать самые простые вещи.

9 ФЕВРАЛЯ

Нельзя контролировать пофигиста.

Ошибка многих пап в том, что, реализуя свою свободу и независимость, они предпочитают держать все семейство под контролем, «на привязи» дома. Им спокойнее, когда все ведут себя предсказуемо, однообразно и «не беспокоят папу» по мелочам. Чаще всего за такой дистанцией от домашних

скрывается банальное неумение общаться с детьми и другими родственниками, страх оказаться в дурацком положении. Если маленького папу игнорировали в детстве, то искусству общения он мог научиться только на улице, в сомнительных компаниях. Поэтому он принимает «логичное» решение на улицу детей не пускать, держать дома. «Вырастут, придет время, научатся!» Между прочим, так формируется психология пассивности с откладыванием на потом важных дел. «Как-нибудь в другой раз!» – формула нашего «успеха». «Как-нибудь» – родной брат «авось». «Как-нибудь» вовсе не означает оптимизм («Как-нибудь прорвемся!»). Оно означает конформизм и пофигизм («Как бы ни было, переживем!»). Обратите внимание и возьмите под контроль это часто употребляемое слово. И если ваш ребенок уже усвоил его, на детское «как-нибудь» нужно реагировать с праведным гневом: «Что значит как-нибудь? Так говорят только лентяи! А мы ищем то, что нужно!»

Правило № 40. Никогда не произносите при детях слова «как-нибудь», «авось», «потом». Считайте их нецензурной лексикой.

10 ФЕВРАЛЯ

Как правильно хвалить папу?

Успех – очень важная для мужчин категория. Успех мам определяется качеством отношений в семье и на работе. Для пап он определяется социальным признанием. У нас все признание за семью предназначено мамам, которые с радостью поменяли бы его на что-то более конкретное. А от пап общество ничего не ждет, кроме алиментов после развода. Такой низкий уровень социального уважения не вдохновляет отцов на подвиги. Остается признание семьи. Искусство и заслуга мам не только в том, чтобы заботиться о детях, но и в том, чтобы поощрять и привлекать пап. Compliments папам отличаются от compliments мамам. Мамы предпочитают самые высокие оценки в адрес своей личности, им важно, чтобы их считали исключительными женщинами и матерями («Наша мама – самая лучшая в мире!»). Папы более осторожные. Они гордятся своими реальными достижениями. Если вы будете оценивать личность мужчины в целом без всяких поводов, он почувствует подвох, уловку, манипуляцию.

Правило № 41. Хвалить лучше умелые отцовские руки и светлую голову, а не добрые глаза и сердце, как у мамы.

11 ФЕВРАЛЯ

Кто лучший – мама или папа?

Дети иногда сравнивают пап и мам стереотипно: «Папы – сильные, мамы – добрые». Папам делегируется запрос на действия, мамам – на эмоции. Путаница наступает, когда шкалы меняются местами, и тогда «Папа – злой, а мама – слабая!» Готовьтесь отвечать: «Я не злой, я сдержанный!», «Я не злой, я сосредоточенный!», «Я не злой, я добрый!», «Добрый – это не только тот, кто обнимает каждые пять минут, это тот, кто делает добрые дела!» По правде говоря, мамы спокойнее относятся к тому, что их называют слабыми. Женская слабость сродни нежности и давно стала комплиментом, а вот мужская жесткость так и не прижилась в общественном сознании как положительная норма поведения в семье.

Правило № 42. Слабости в семье прощают всем, кроме папы.

12 ФЕВРАЛЯ

Радикальное средство борьбы с завистью.

Зависть и ревность – это тоска по нереализованным возможностям. Если ваша дочь завидует тому, как ее подруга катается на коньках, отправьтесь на каток вместе с дочкой. Может, у нее получится даже лучше! А не получится, разочаруется и... перестанет завидовать. Иногда нужно пройти длинный путь, чтобы вырасти из своих страстных желаний. Ведь и мамы иногда мечтают о норковой шубке, а потом обнаруживают, что она им не идет. Чтобы перейти от болезненного патологического состояния подавленности к состоянию более продуктивному, радостному, креативному, нужно не медля попробовать сделать то, что вызывает зависть, или поступить так, как человек, к которому вы ревнуете.

Правило № 43. Зависть – это не то чувство, которое нужно гасить, а то, которое нужно развивать. Попробуйте вместе с ребенком реализовать мечту – заполнить то, что кажется ему особо притягательным.

13 ФЕВРАЛЯ

Королевский маневр.

Цифра 13 для людей, которые любят эксклюзив и риск, счастливая. Накануне Дня святого Валентина, особенно если вас

раздражают обязательные праздники, можно сделать королевский маневр: опередить события, поднять вопрос об отдыхе. В межсезонье путевки недорогие, предложений море, а возможность вылететь на отдых на неделю есть не у всех. Даже двухдневная поездка по России встряхнет организм и освежит взгляд на обычные вещи. Как правило, предложение путешествовать вдохновляет семью, создает в доме атмосферу праздника и воодушевления.

Правило № 44. Чтобы не обманывать ожидания членов семьи, иногда можно просто опередить события.

14 ФЕВРАЛЯ

Как победить святого Валентина?

День святого Валентина празднуют далеко не все семейные люди. А только счастливые. Счастливые оптимисты рады любому поводу повеселиться и лишний раз признаться в любви. Чтобы не дать им возможности влиять на ваш имидж и показать, кто настоящий джентльмен, придумайте в этот день что-то оригинальное, составьте корзину фруктов, закажите торт с доставкой на дом, принесите букет цветов. Именно от мужчины ждут признаний и подарков. В российском варианте День святого Валентина – это репетиция 8 Марта. После вчерашнего обсуждения путешествия и сегодняшней галантности папу превозносят до небес.

Правило № 45. В День святого Валентина ждут не дорогих подарков, а только подтверждения любви и привязанности.

15 ФЕВРАЛЯ

Как не купить игрушку в «Детском мире»?

От пап ожидаются инициатива и расширение горизонтов для всей семьи. Есть хорошая отцовская практика – водить детей в большой магазин игрушек на экскурсию посмотреть, что новенького появилось. Такой поход удовлетворяет детское любопытство, позволяет познакомиться с новинками. Но ребенка заранее предупреждают, что покупка состоится в другой раз. Глупо тащить в дом все, что понравится. Когда мы ведем ребенка в зоопарк, мы же не обещаем ему привести домой слоника или крохотного крокодильчика? Некоторые родители предпочитают вообще не водить детей в большие и дорогие магазины, чтобы не дразнить, не будить в них нездоровые страсти, жадность и

зависть. Когда мы намеренно ведем ребенка в магазин с недорогим ассортиментом, мы больше печемся о своей, а не о его психике. Мы боимся не справиться с ситуацией. Нам неприятно признаваться перед маленьким человеком, что для нас это слишком дорого. Мы опасаемся публичного позора, если вдруг ребенок устроит истерику и скандал привлечет внимание продавцов и покупателей. Кто-то ведь обязательно подло посоветует: «Да купите ему уже эту игрушку!» Спокойно спрашиваем в ответ: «Вы хотите подарить нам ее?» На этой фразе ребенок вопросительно затихнет. А советчик ретируется! Так что если денег нет, а время есть, можно смело вести ребенка в магазин игрушек!

Правило № 46. Перед походом с ребенком в магазин нужно по-мужски договориться о намерениях.

16 ФЕВРАЛЯ

О папиных игрушках.

Уже который день вы поражаете воображение домочадцев своими инициативами. На этом фоне не помешает немного морали. Вас выслушают внимательно и с благодарностью. Мы недооцениваем значение родительской пропаганды. Некоторые аксиомы нужно формулировать четко и напоминать членам семьи. Среди них: «Ни одна вещь или игрушка не стоит жизни человека!», «Отношения в семье важнее денег, игрушек, подарков!», «Нельзя так сильно расстраиваться из-за денег! И игрушек!» Но это означает, что вы сами не жалуетесь постоянно на отсутствие средств (даже если это так), не сетуете, что не можете купить украшение или новую пару туфель либо сменить автомобиль, не восклицаете: «Везет некоторым, ездят на таких лимузинах!» А то ваш ребенок вырастет, купит себе лимузин и укатит в сверкающий неонами мир, присылая вам на день рождения лишь пару новых туфель. То, о чем мы просим все как о самом заветном, дети нам и приносят.

Правило № 47. Чтение морали лучше заменить пропагандой важных ценностей. Это означает, что вы не только учите, как жить, но и живете так, как учите.

17 ФЕВРАЛЯ

Бесплатный оптимизм.

Когда вы совершаете крупную покупку (вроде телевизора или автомобиля), важно подчеркнуть не только ее дороговизну, но и

мотив, который вами двигал. «Это для всех нас! Я мечтал о том, как мы вместе сядем в новый автомобиль и отправимся в путешествие!» Но если вы ничего крупного не купили в феврале, потратив сбережения на налоги, можно, напротив, объявить день свободы от покупок. No shopping! День экономии. Бутерброды в школу и на работу готовятся дома, хлеб куплен вчера... Лучший способ почувствовать свою независимость от финансов – это отказаться от их использования. Если семья сможет прожить без денег день, значит, ничего страшного не произойдет, если однажды их не окажется. День в запасе у вас еще будет на размышления и поиски.

Правило № 48. Объявляйте иногда «день-без-денег», когда никто ничего не просит купить и даже не ходит в магазин.

18 ФЕВРАЛЯ

Зачем папы считают денежки?

Исследования показали, что пересчет купюр чрезвычайно повышает мужскую самооценку. Гормоны счастья выделяются от многократного прикосновения к банкнотам, которые никогда не подвели своего хозяина. Несмотря на то что вид чахнувшего на златом Кощея пугает детей и служит зловещей карикатурой на скрягу, они должны видеть считающего деньги отца. Делайте это спокойно и с достоинством. Деньги – это эквивалент вашего труда. Жадно пересчитывают только шальные доходы. Обязательно скажите вслух: «Молодец-отец. Поработал-заработал. Хватит всем и еще останется!»

Правило № 49. Пересчитывая доходы при детях, не забудьте напомнить об их предназначении. Даже за презренным металлом могут скрываться высокие побуждения.

19 ФЕВРАЛЯ

Магия цифр, бухгалтерия детства.

Дело, видимо, не только в купюрах, но и в цифрах. Если мы можем что-то посчитать, нам кажется, что мы этим управляем. На самом деле смысл цифрам придается самими людьми, причем разный. Именно поэтому деньги не объединяют людей, а разделяют. Вернее, они объединяют, когда их не хватает и мы вынуждены сбрасываться в общий котел. И разъединяют, когда помимо общих потребностей появляются личные. Лучше все

заработанные деньги делить на несколько «корзин». Одна из них должна быть детской. И тратить на детские нужды рекомендуется 10–25 процентов (в зависимости от дохода). Но не меньше, чем на выплату кредита за авто. Не повторяйте ошибок горе-отцов, которые в погоне за своими детскими фантазиями все заработанные деньги тратят на покупку дорогих игрушек. Некоторые даже думают, что содержание детей почти ничего не стоит – дети ведь маленькие. А в назидание приводят опыт своего детства: «И ничего, родители нас вырастили, и никто не жаловался!» Тут им сомнительную услугу оказывают их собственные матери, иногда ревниво отслеживающие семейный бюджет выросших сыновей.

Правило № 50. Статья расходов на ребенка растет вместе с ним и превышает кредит на автомобиль. По той простой причине, что ребенок важнее автомобиля.

20 ФЕВРАЛЯ

Мамин дебет и папин кредит.

Цифры помогают социологам трезво оценить вклад пап в семейную жизнь. Исследования систематически показывают, что папы переоценивают свои достижения. Около 40 процентов отцов утверждают, что систематически проводят время с детьми – примерно два часа каждый день. В то время как мамы называют цифру намного меньше – два часа в неделю. Это показатель того, что мамы устают и нуждаются в помощи, а папы хитрят, ищут возможность избежать унылой домашней повинности. Все потому, что согласно нашим традициям участие мужчин в ведении хозяйства и воспитании детей считается необязательным, но желательным. Женщины пытаются изменить такое положение дел. Торг между папами и мамами неизбежен. Лучше, если вы будете обсуждать и договариваться о распределении обязанностей вместе с ребенком. Он ведь тоже член команды и обязан трудиться.

Правило № 51. Папы преувеличивают свою роль в семье, а мамы преуменьшают. Так мамы приглашают пап стать более активными.

21 ФЕВРАЛЯ

Почему папа стремится все контролировать?

Папы не могут долго сердиться на тех, кто слабее их. Даже если пошалить и разбросать вещи, разбить чашку, потерять

игрушку, папы сохраняют спокойствие. Все под контролем! Более того, они урезонивают мам: «Он же не хотел!» Папы очень великодушны, если все ведут себя открыто. Но если выйти из-под контроля, что-то скрывать, хитрить, припрятывать, папы начнут гневаться. С мужской точки зрения это нечестно по отношению к ним. Мужчины готовы выдержать любую правду, но не готовы даже к маленькой лжи. «Лучше горькая правда, чем сладкая ложь» – мужская пословица. Мы не догадываемся, сколько сил и терпения требует мужское великодушие.

Правило № 52. Пока мужчина контролирует всех домочадцев или ему кажется, что все под контролем, он готов нести ответственность и защищать семью.

22 ФЕВРАЛЯ

Папы и наказания.

Традиционной культурой папам предписаны самые серьезные наказания детей. Отцы считают себя первопричиной рождения ребенка, хотя вынашивают и рожают детей мамы. Папы прибегают к наказаниям, чтобы напомнить о своей особой роли. Они считают, что это мамы должны напоминать детям о том, кто в доме хозяин.

Лучший способ смягчить отцовское сердце – напомнить о том, что ребенок очень на него похож (не лицом, так характером). Просите папу рассказывать о его детстве, вспоминать свои шалости, ошибки и достижения. Сравнивайте достижения детей с отцовскими. Так вы сделаете комплимент и детям, и отцу. Потому что и девочки, и мальчики стремятся походить на сильного, справедливого, бесстрашного папу. Если хвалит мама, она выражает любовь. Если гордится папа, он оценивает ваши шансы на успех как очень высокие. Папы нередко хвастаются детьми и женой, но перед посторонними людьми. По тому что помнят, как нелегко им дались выбор и решение обзавестись семьей. Они считают себя творцами нового мира – семьи, и они правы!

Правило № 53. Папа почувствует себя на седьмом небе, услышав хоть раз от мамы: «Как хорошо, что ты выбрал меня. Я так счастлива, что родила именно твоих детей!»

23 ФЕВРАЛЯ

День мужской исключительности.

Жаль, что не получается назвать этот праздник днем мужской солидарности. Когда общественность и члены семьи поздравляют с групповой (точнее, половой) принадлежностью, невольно идентифицируешь себя с этой группой. Однако собирать всех мужчин семьи за одним столом не рекомендуется. Папа и дедушка, обычно солидарные в жизни, вдруг начинают нервно реагировать друг на друга, перебивать, подкалывать. Двух кумиров в одной квартире не бывает. Мужчины поддерживают друг друга, если это их усиливает, но дистанцируются, если ослабляет. Поэтому лучше поздравлять папу и дедушку по отдельности. Назовем этот праздник Днем мужской исключительности! Интересно, что мама и бабушка ведут себя ровно наоборот. Они рады оказаться за одним столом, хотя могут шипеть друг на друга за спиной. Дело в публичности: на людях женщины демонстрируют свои самые лучшие чувства. Да и стол легче накрывать вдвоем.

Правило № 54. Мужчины, если у них развито эго, на публике борются не за хорошую репутацию, а за приз победы тела – исключительность.

24 ФЕВРАЛЯ

Почему папа не звонит, даже если обещает?

Папа не любит говорить по телефону, он может не отвечать на СМС и не звонит, даже если все ждут звонка. Мама жалуется на то, что папа невнимательный. Дети жалуются на то, что папа не хочет покупать им телефон. Пора усвоить, что телефонию папы рассматривают как способ контроля и средство слежения. По логике сильного и ответственного отца семейства, у него особое право инициировать общение и отслеживать домашних. Если все под контролем, все происходит дежурно и ожидаемо, не нужно звонить во все колокола, бить тревогу. Папы гораздо чаще испытывают нежные чувства по отношению к мамам, чем звонят и говорят об этом.

Правило № 55. Частые звонки, считает папа, это показатель тревожности. Мама считает, что это показатель внимания и любви.

25 ФЕВРАЛЯ

Куда девались папины дипломы?

Папы не догадаются сами разместить свои дипломы на стенах дома, а кубки выставить на видном месте. Мужчины ценят не

былые достижения, а свои актуальные возможности. Они предпочтут разместить на самом видном месте атрибуты власти и силы. Например, повесить ремень так, чтобы он попадался на глаза ребенку как инструмент потенциальной угрозы. Тренажеры, гантели, сигареты, носки, платки будут попадаться на каждом шагу. Но если вы с гордостью развесите дипломы, чтобы каждый входящий мог полюбоваться и спросить: «Это все ваш папа?», папа соберется и станет более организованным. Дипломы придают солидности, а солидные люди не горячатся и не стремятся к демонстрации своей исключительности. Поэтому сегодня мы решаем вопрос: «Где должны храниться награды и дипломы папы?» Все папы любят, когда мамы ими гордятся, а дети у них учатся.

Правило № 56. Подчеркивайте авторитет отца в семье. Это придаст ему солидности, ответственности и великодушия.

26 ФЕВРАЛЯ

То, чего папы стесняются, но от чего не могут отказаться.

Папы любят движуху, экшн, погони, сражения, соревнования. Этим объясняется их любовь к футболу, боевикам, криминальным хроникам и путешествиям. Выброс адреналина, агрессивные эмоции активизируют охотничьи инстинкты. В такие дни лучше держаться от пап подальше. А детям объяснить: «У папы сезон охоты», «Папа ушел в виртуал», «Папу лучше не трогать, он ничего не видит и не слышит». Бороться с некоторыми особенностями домашних бесполезно. Их можно только пережить. Это что-то вроде шопинга у мам. Раз в неделю каждый из нас хотел бы получить возможность полной свободы проявления эмоций. Только тот, кто может рассчитывать на понимание близких, не скрывая истинного размаха страстей, чувствует себя и любимым, и принимаемым.

Правило № 57. Разрешайте папам отправляться «на охоту», удовлетворять потребность в движении и жесткой конкуренции цивилизованными способами. И они с пониманием отнесутся к слабостям других членов семьи.

27 ФЕВРАЛЯ

О пользе папиного участия в детских играх.

Папы любят осваивать все новое. Новая игрушка интересует

их не меньше, чем ребенка. Мы видим это на примере электронных игр. Должны ли мы поощрять совместные игры пап с детьми, если считаем нужным ограничивать их время? Да, если совместные игры – способ установить контакт с ребенком, понять, чем он занят. Мнение профессионала, то есть более сильного игрока, авторитетнее раздраженных увещаний обеспокоенного наблюдателя. Папы любят направлять и контролировать процессы. Найти и установить приемлемый режим игр – папина забота. Нужно только попросить его об этом.

Правило № 58. Нужно поощрять участие пап в детских играх. Это возможность контролировать и направлять процесс игры изнутри.

28 ФЕВРАЛЯ

Зачем просить папу о помощи?

Папы любят, когда мамы и дети просят их о помощи. Именно поэтому иногда их нужно просить по несколько раз. Это все равно что сказать: «Ну пожалуйста, мы тебя очень просим, наш Самый Любимый и Самый Незаменимый Папа, помоги нам!» В такие минуты папа чувствует себя всесильным и незаменимым. Помните, что просьба – это комплимент папе, придется повторить его несколько раз, чтобы и доставить удовольствие, и усилить эффект похвалы.

Правило № 59. Не стесняйтесь просить папу о помощи. Настойчиво повторяйте просьбы, давая понять, что только он может справиться с этой проблемой.

Март. Тренинг усиления самооценки у мам



Пришло время воздать женственности. По мере того как укрепляется отцовский авторитет, изменяется и мамина позиция. Она тоже хочет быть уверенной в себе. Она тоже хочет чувствовать себя нужной и желанной. Ей предстоит распутывать клубки отношений, которые сложились в семье на предыдущем этапе, стать настоящей Василисой Премудрой.

1 МАРТА

Несчастье женщин измеряется в килограммах.

Весна – период авитаминоза и борьбы с лишним весом. Интернет и газеты пестрят объявлениями о программах похудения, о тысяче и одном способе привести себя в отличную форму к лету. Мамы маниакально худеют, говорят только о своем весе, жалуются на генетику, завидуют худым подругам, сетуют на то, что быстродействующие средства – это только обман. Все это слышат наши дочери, маленькие и постарше. Маленьким очень жалко маму, они думают, что у мамы серьезное заболевание, которое делает ее абсолютно несчастным человеком. Они в отчаянии, что не могут помочь. А девочки-подростки, предчувствуя непростую жизнь взрослой женщины (чуть больше килограммов – и все, мир ожесточается!), сами начинают практиковать диеты, клизмы, таблетки. Никогда прежде подростковая анорексия не была так распространена, как в век гламура и фитнеса. Девочки-акселератки иногда готовы свести

счета с жизнью, сравнивая свой вес с таблицами старых весовых норм, разработанными еще для бабушек. Рьяные мамы начинают следить не только за своим весом, но и за весом дочек, приговаривая: «Если не похудеешь, замуж не возьмут!» Отрицательное программирование, материнское проклятье в действии. Если уж хотите немного похудеть, делайте это спокойно, с достоинством, без паники, как и подобает взрослой и уверенной женщине. До лета еще три месяца, а летом будет еще легче. Легче и веселее!

Правило № 60. Маму любят не за хорошую фигуру, а потому что она несет в себе счастье жизни.

2 МАРТА

Учите детей просить о помощи на своем личном примере.

Умение просить о помощи – важнейший навык взаимодействия. Почему-то многие считают, что ребенка нужно учить помогать слабым и взрослым, то есть всем, а просят о помощи сами только невоспитанные и наглые люди. Ложное представление о гордости предполагает, что окружающие, если они, конечно, не дураки и не сволочи, сами должны догадаться, как нам помочь. А что если этого не происходит? Тогда предписывается мучиться самому, доказывая всем, что ты «обойдешься без сопливых». Вот эту философию гордецов мамы и прививают детям, когда, не попросив о помощи, упрекают пап: «Хоть бы помог! Разве ты не видишь, как я надрываюсь!» Резковатый переход от: «Дорогой, я тебя так люблю»... Просите о помощи вместе с ребенком: «Давай попросим папу нам помочь. Он сильный!», «Давай обсудим с папой? Он умный!» Ребенок должен расти с чувством, что какой бы слабой ни была мама и в какие бы переделки ни попадал он сам, всегда есть человек, к которому можно обратиться и с которым можно посоветоваться!

Правило № 61. Мама для ребенка – пример того, как слабый и нежный человек может жить полноценно в мире сильных людей.

3 МАРТА

Мама перед лицом трудностей: паниковать или сосредоточиться?

То, как мама признается в проблеме, определяет самооценку ребенка. Если в панике и с самоуничижением, то ребенку передастся этот комплекс беспомощности. Если спокойно и с

прицелом на решение, то есть не жалуется, а обозначает проблему, то у ребенка формируется убеждение, что самое главное в любой проблеме – это ее решение, и раз это решение немедленно начинают искать, значит, оно есть! А если решение у проблемы есть, то зачем волноваться? У женщин принято делиться своими страхами, обидами, предчувствиями. Обмен отрицательными эмоциями непродуктивен. Так мы снижаем напряженность, но не решаем проблему, которая требует последовательности и целеустремленности. И сил, которые могут уйти на разговоры: пар в гудок!

Правило № 62. Паника – это способ объявить себя банкротом всему миру там, где другой станет победителем.

4 МАРТА

Так что же такое любовь и счастье?

Счастье – это разделенная с другими радость. Чтобы передать эту максимум детям, нужно больше проводить с ними времени. Игра в одиночку даже с самой заветной и дорогой игрушкой может доставить только удовольствие, психофизическое удовлетворение. Счастье – это резонанс чувств и впечатлений как минимум двух детей. Игра с другом или понимающим взрослым способна вознести ребенка до небес. Между прочим, любовь – это тоже резонансное чувство. А когда, по-вашему, мы должны учить своих детей резонировать с другими людьми? Именно во время совместных игр. Каждый раз, когда вы планируете покупку новой игрушки, спрашивайте ребенка: «А с кем ты собираешься в нее поиграть?»

Правило № 63. Формируйте и поддерживайте в ребенке установку на сотрудничество, а не на доминирование. Настоящая любовь и счастье придут вослед.

5 МАРТА

Как устроить хаос на благо семьи?

Начало весны сопровождается сонливостью и утомляемостью. Мамы, как никто другой, чувствительны к космическим ритмам. Они умеют изменить атмосферу в доме, сделать ее более радостной и стимулирующей. Еще рано мыть окна, но уже можно освежить шторы, например просто поменять местами, а заодно и сагитировать папу на небольшую перестановку. Хаос (синоним

Космоса) всегда стимулирует, мобилизует, как все новое – обостряет инстинкты, улучшает концентрацию внимания. У каждого из нас помимо психологического и социального Я есть Я космическое. И оно требует подпитки, стимуляции, времени, внимания. Хаос лежит в основе личного Космоса каждого из нас. Все самое лучшее мы извлекаем из хаоса. Дети, превращающие все в бардак, повинуются зову Космоса в большей мере, чем взрослые, раскладывающие все по полкам навсегда.

Правило № 64. Подпитывайте свое космическое Я, черпайте силы из хаоса и стихий.

6 МАРТА

Градус перемен накануне праздника.

Стоит побеспокоиться о весеннем меню. Яркие фрукты на столе поддержат иммунитет и настроение. Готовьте вазы к праздничным цветам. Они должны стать ключевым элементом изменившегося интерьера. И вот теперь, когда атмосфера счастливых перемен почти готова, не забудьте о себе. Мужчинам, то есть папам, не очень характерно контекстное восприятие, они могут почувствовать (учуять, как они говорят, когда не знают, что именно произошло), но не заметить. Восприятие мужчин устроено таким образом, что они не замечают фон, но четко отслеживают фигуру. Антенны пап настроены пеленговать перемещение домочадцев по квартире, а не расстановку мебели. Папы всегда что-то ищут и не находят, пока не появится мама. Поэтому мамам рекомендуется сменить не только обстановку, но и свой имидж, сходяв в парикмахерскую и прикупив новое платье. Вот теперь вы почти готовы к встрече праздника, дорогие мамы!

Правило № 65. Создавая атмосферу перемен и новизны в доме, мамы прямо или косвенно влияют на настроение и готовность двигаться вперед у всех членов семьи.

7 МАРТА

Лесть – верный способ поразить маму.

Время придумывать подарки для мам и бабушек, а также сестричек. Папам нужно успеть сагитировать детей на самостоятельное изготовление подарков – портретов, поделок, разучивание стихов. Папам придется покопаться в Интернете, чтобы найти пару-тройку рецептов, как быстро приготовить и

накормить семью раз в год. Подарок мамам от детей – это благодарность за внимание. А от пап – это комплимент ей как женщине. Постарайтесь вспомнить, что вы дарили в прошлом году, чтобы не повториться и чтобы ваш комплимент не выглядел дежурно. Ну и подготовьте речь, ведь основной инструмент обольщения – слова о любви. Любовь – главный допинг для женской самооценки.

Правило № 66. Чтобы вдохновить маму, папе достаточно восхититься ею.

8 МАРТА

Как правильно говорить о любви?

Все мифы о любви – женского происхождения. Любовь – это мажорная лексика. Словами любви должен быть наполнен весь дом. В отличие от неженатых мужчин, произносить слова любви папам не страшно. Вам не придется жениться на маме еще раз. Так что не сдерживайте себя и научите ребенка говорить о любви с нежностью и восхищением. День стоит разбить на фазы: утром поздравляют дети, папа вручает цветы и объявляет праздничную программу на день. В середине дня папа и дети накрывают праздничный стол. Во время обеда произносятся тосты и комплименты всем присутствующим дамам. В этот день дочери как никогда хотели бы походить на своих мам.

Вечером дети отправляются спать, а у папы и мамы наступает вечер особых отношений. Вот тогда-то и стоит вручить свой самый главный подарок. Любовь женщины – это благодарность в ответ на благородный жест мужчины. Совсем как в рыцарские времена.

Правило № 67. Продолжительность праздничного ритуала на 8 Марта – показатель того, насколько значима роль мамы для всей семьи.

9 МАРТА

Кому на самом деле завидуют дети?

В этот день мамы и дочери хвастаются своими подарками перед подругами. А как же быть с завистью к игрушкам и ревностью к чужим родителям? Присмотритесь: завидуют тем детям, которых очень любят родители. Зависть – это желание обладать вещью другого человека. Ревность – это желание стать другим человеком. Девочки особенно чувствительны к нехватке любви. Ваша дочка рассуждает примерно так: «Если бы я

родилась в другой семье, я стала бы такой счастливой!» Если ребенок делится с вами своими переживаниями, значит, у вас есть шанс исправить ситуацию. За завистью и ревностью могут скрываться две разные проблемы: остро переживаемый дефицит любви и искаженная иерархия ценностей, в которой вещи доминируют над людьми. Эти дефициты накапливаются долго, поэтому острое переживание ребенка можно купировать, но на «лечение» понадобятся месяцы.

Правило № 68. Дети завидуют только тем сверстникам, которых любят родители. Детская зависть – показатель дефицита любви.

10 МАРТА

Мама – не посудомойка.

Несмотря на то что домашний быт автоматизирован, а в магазинах полно полуфабрикатов, социальный стандарт качества жизни семьи меняется и требует все больше времени от мамы. Она должна быть компетентной, психологически устойчивой, трудоспособной и при этом прекрасно выглядеть. Возраст и статус женщины выдают руки. Сметливые отцы уже давно догадались, что внешний вид женщины – это реклама их собственного успеха. Часть работы берут на себя отцы и дети. Папы чаще стали готовить, причем великолепно, а мамы в благодарность – водить машину и оплачивать серьезные счета. Во времена унисекса маме остается забота о детях в первые годы их жизни, а все остальное как минимум пополам.

Правило № 69. Качество жизни матери – показатель статуса семьи.

11 МАРТА

Зрелость женщины – искусство материнства.

Зрелость женщины проявляется в ее желании опекать и заботиться о как можно большем числе детей. Не только о своих, но и о чужих, особенно о тех, кому не повезло родиться и расти среди любящих взрослых. Василиса Премудрая больше не ждет подарков судьбы, она сама становится дарительницей и судьбой. Как фея в «Золушке». И отношения с мужчиной у мудрой женщины уже определяются не детскими впечатлениями и пристрастиями, а его готовностью быть вровень, стать царем рядом с царевной, разделить вселенские заботы женщины.

Правило № 70. Мама – это титул и повышение по рангу в жизни женщины.

12 МАРТА

Рецепт счастья для мам: хвалить и успокаивать!

Мамы и дочки очень любят, когда их жалеют, гладят по головке, утешают, рассказывают сказки, в которых все заканчивается хорошо. Мамы и дочки тогда верят, что их любят, когда их успокаивают и нахваливают. Понятно почему: слабые, неуверенные в себе люди опасаются, что у них не хватит сил преодолеть серьезную проблему. Когда их утешают, то фактически говорят, что проблема не такая уж серьезная, а когда хвалят, то подсказывают, что и сил-то не так мало. Такая тактика придает оптимизма любым девичьим начинаниям.

Правило № 71. Мамы любят, когда папы их утешают и восхищаются ими.

13 МАРТА

Почему папы должны слушать мам?

Иногда мам нужно просто выслушать. Это самое сложное испытание для пап. Не выслушав до конца, они берутся немедленно решать проблему. Папы любят решать проблемы, демонстрируя свою волю и компетенцию. Инструкции и руководства к действию кажутся им очень ценными. Все, что ждет мама в ответ на свои жалобы, это слова признания в любви и заверения в преданности. Когда мамы были маленькими, их успели напугать историями о том, как дяди бросают тетей. И с тех пор их воображение продуцирует тревожные картинки. Мамам не рекомендуется часто практиковать сеансы психотерапии, спрашивая: «Ты меня не бросишь одну с детьми?» Папа может подумать, что лучший способ вылечить маму от страха быть брошенной – это все-таки оставить ее.

Правило № 72. Если мама хочет просто пожаловаться папе, чтобы ее пожалели, лучше попросить прямо: «Погладь меня по голове, я так устала...»

14 МАРТА

Откуда берутся мамы?

Чтобы мамина самооценка не страдала, ей нужно почаще общаться с другими мамами. Как только обнаруживается, что все

мамы беспокоятся по сходному поводу, тревожность снизится. Страшно не то, что ты попадешь в беду, страшно, что никто не поймет и не поможет. Группа служит защитой от неприятностей. Групповое «мы» (мы – мамы) усиливает личное «Я». Ваше личное мнение сформируется быстрее и четче на фоне групповой дискуссии. Сегодня почти все мамы участвуют в электронных форумах, где с подругами обсуждают сотни проблем здоровья, воспитания, взаимоотношений с мужем, психологию отношений, а также обычные практические вопросы (где что купить, что почитать, к кому обратиться). Такие форумы есть и для бабушек. Есть даже форумы отцов-одиночек! Они тоже нуждаются в поддержке и совете, хотя чувствуют себя пока белыми воронами. Помогая другим, мы тоже усиливаем свое Я.

Правило № 73. Общайтесь с такими же мамами, как вы, чтобы чувствовать себя членом Всемирного клуба самых компетентных мам.

15 МАРТА

Ребенок – не психотерапевт!

В качестве психотерапевта могут выступать подруги и профессиональные психологи. Сейчас они есть и в детских садах, и в школах. Не упускайте такую возможность. По статистике, причина беспокойств родителей чаще кроется в них самих, а не в детях. Мама нервничает и начинает «заводить» детей. Частые жалобы на то, что ребенок «сошел с ума», «какой-то странный», лишь указывают на потерю обратной связи, контакта с детьми. Давайте заведем правило: со своими страхами и беспокойствами обращаемся к кому угодно, только не к членам семьи. Первую волну вашей паники должен принять профессионал или подруга, которая привыкла годами вас утешать и подбадривать. Это также может быть случайный попутчик, который никогда не напомнит вам о минутах слабости. Никогда не используйте своего ребенка в качестве психотерапевта. Дети испытывают чувство вины перед мамами, сердятся на пап за то, что те не могут сделать маму счастливой. А в результате живут с ощущением бесконечного горя, с комплексом несчастного человека. Не грузите своими настроениями и своих пожилых родителей. Они примут вас любую, но вряд ли подскажут выход. После того как мы выходим замуж и рождаем детей, непродуктивно регрессировать на уровень девичьих страданий. Выход всегда в будущем, впереди, а не в прошлом, которое уже позади и ничего с ним не поделаешь.

Правило № 74. С беспокойствами и сомнениями в

том, нормально ли развиваются ваши отношения с ребенком и другими членами семьи, нужно обращаться к психологу, а не к ребенку.

16 МАРТА

Любовный миф в самом ядре личности настоящей мамы.

Мамы не только периодически нуждаются в эмоциональном допинге, но и сами являются донорами для своих подруг. Время идет, и жизнь может развести старых подруг по разным городам, странам, социальным стратам, экономическим классам. Кто-то растит ребенка в одиночку, кто-то успел трижды выйти замуж. Несмотря на это, уровень эмоционального благополучия у женщин одной генерации и одной культуры примерно одинаков. Все они чувствуют себя немножко несчастными в любви. У каждой вашей подруги своя легенда о невероятной любви, непонятной, недооцененной или отвергнутой. Миф женщины о ее любовной истории нельзя разрушать. Не пытайтесь наставить подругу на путь истинный, принизить значение ее поступков, важность страданий. Любовные истории определяют ядро личности женщины. Сомневаясь в них, мы разрушаем идентичность подруги, наносим травму ее Я, толкаем в мучительную депрессию, вызванную потерей своего Я. Не поступайте жестоко с подругами. Они жили как могли. Лучше помечтайте с ними о будущем, в котором будет хорошо и ей, и детям.

Правило № 75. Подруги нужны нам, чтобы поддерживать в трудную минуту, а не рубить правду-матку. Говорить правду в глаза в отечественной традиции – значит проявлять агрессию и ненависть. Чувство опасности, исходящее от вас, помешает подруге оценить точность критики.

17 МАРТА

Шопинг – дешевый и работающий способ психотерапии.

Время скидок и распродаж дает мамам шанс улучшить настроение, освежить имидж, почувствовать себя помолодевшей и красивой. Психотерапевтический эффект шопинга известен. Но объяснить магию вещей можно, обратившись к языческой стадии развития человечества, когда редким и ярким вещам приписывались необыкновенные свойства. Отправляясь в магазин, женщина готовится к священнодействию. Она верит, что достаточно внешней трансформации, приобретения особой

одежды – и ее жизнь преобразится. Удовольствие доставляет не только примерка, но и предвкушение реакции окружающих на обновку. Дорогие папы, не скупитесь на похвалы и дотации. Отправить маму в магазин в период скидок гораздо дешевле, чем отправить ее к психоаналитику. И результат налицо.

Правило № 76. Иногда, чтобы силы прибывали, маме нужно почувствовать себя неотразимой. Несколько примерок послужат отличным допингом.

18 МАРТА

Мамы-академики.

Умные папы, если у них на работе возникают «чисто человеческие» проблемы, то есть сложные ситуации с людьми, советуются с мамами, которые щелкают такие ситуации, как орешки. Мамы с радостью вгрызутся в гранит корпоративных конфликтов и поразят вас оригинальностью предложений. У папы появится шанс гордиться мамой, а мама почувствует себя важной для вас персоной. Не так уж плохо иметь бесплатного консультанта прямо у себя дома! Не забудьте напомнить детям: «Наша мама очень умная! Я никогда бы не додумался!» Повысить интеллектуальную самооценку мамы – значит укрепить ее авторитет в семье.

Правило № 77. Папам стоит просить совета у мам в вопросах отношений между людьми, а мамам полагаться на папину способность осваивать новые территории. Семья – это непобедимый альянс, готовый ответить на все вызовы жизни.

19 МАРТА

Добрые соседи борются со шпионами.

Чтобы ваша семья жила в окружении добрых людей, нужно расположить к себе соседей. Если вы еще не успели представиться, обязательно, встретив их на площадке, скажите: «Давно хотела познакомиться, но стеснялась...» Имиджем семьи нужно управлять. Один вежливый разговор, хороший поступок, оказанная услуга – и к вашей семье изменится отношение в лучшую сторону. Про тех, кто живет тихо, скрытно, обычно рассказывают небылицы. Что-то вроде: «Молчат, наверное, американские шпионы». Словом, прекращайте свою шпионскую деятельность, пора выходить из подполья. Репутация доброй соседки еще не повредила ни одной маме.

Правило № 78. Установите добрые отношения с соседями, если до сих пор этого не сделали. Лучше, чтобы семью окружала аура доброго внимания.

20 МАРТА

От чего стареют мамы?

Старение – один из главных женских страхов (второй после страха избыточного веса). Исследования психологов показывают, что даже мысленный возврат в безмятежную юность существенно улучшает показатели здоровья. Чтобы лучше себя чувствовать, нужно вести более активный образ жизни. И дело не только в подвижности, домашняя работа тоже требует физических усилий, дело в широте кругозора. У молодых разбегаются глаза от возможностей. Сосредоточиться на делах семьи, придумать отговорку, что семья требует тотального погружения, – значит ускорить процессы старения. Возраст зависит не от состава кремов, а от образа жизни.

Правило № 79. Мама должны опасаться не старения, а замкнутого образа жизни.

21 МАРТА

О бесконечной доброте мамы.

Краеугольный камень образа лучшей в мире мамочки – ее бесконечная доброта. Когда ребенок чувствует, что запасы маминой доброты неисчерпаемы, его сердце наполняется радостью, а душа восторгом. Он чувствует, что счастье бесконечно, его хватит на всю жизнь! Пригласите домой друзей вашего ребенка, оставьте ночевать детей родственников, с энтузиазмом поиграйте с детьми во дворе, покатайтесь на велосипеде или поезжайте на пляж, заполнив сумки вкусностями. Ребенку не нужно доказывать, что при любых обстоятельствах мама его примет и поймет. Но не забудьте именно свое чадо на правах главного выбрать помощником и заместителем. В присутствии других детей почаще обращайтесь к нему с вопросами: «Как ты думаешь?», чтобы все поняли, что вы полагаетесь на его компетенцию и понимание ситуации. Ваш ребенок должен чувствовать себя особенным.

Правило № 80. Демонстрируя готовность одаривать не только своего ребенка, но и его друзей добротой и вниманием, мама сообщает, что счастье не имеет границ, а любви в ее сердце в избытке.

22 МАРТА

Мама и сигареты.

Женщины России то начинают нервно и поголовно курить, то бросают навсегда. Сигарета еще кое-как сочетается с разнузданной молодостью и шумными компаниями. А вот с детьми – никак. С самого начала «детского проекта» большинство женщин спокойно бросают курить, не желая навредить своему малышу. После девяти месяцев воздержания и родового шока 25 процентов прежде курящих мам срываются. Происходит срыв материнской самооценки, дефолт романтических установок на материнство, которое теперь ассоциируется с болью, бессонницей, борьбой за элементарную гигиену для себя и ребенка. Сигарета в этом случае уже не божественный знак, а символ агрессивного сопротивления, что-то вроде подросткового протеста против несправедливого уклада вещей. Никто не хочет остаться только родильной и кормящей машиной, лишенной всего многообразия мира. Чтобы подростковой регрессии не произошло, начиная сразу после родов домашние должны всеми силами поддерживать светлый материнский образ, давать мамочке отдохнуть, нахваливать малыша, готовить любимую еду. Тогда мама чувствует, что ее тревоги поняты, а усилия оценены и поддержаны. И с удвоенным энтузиазмом будет заниматься рутинной домашней работой.

Правило № 81. Агрессивное поведение матери сигнализирует не о ее силе, а о ее слабости, неуверенности и боли. Именно эти чувства мамы вызывают у детей, когда криком и угрозами пытаются оказывать на них психологическое давление.

23 МАРТА

Мама и няня.

В семьях с приличным достатком или в тех случаях, когда мамин вклад в семейную копилку высок, появляется няня. Это пока новая для постсоветской России практика, но проблемы уже наметились. Там, где няня играет роль, некогда принадлежавшую бабушке, становится заботливым членом семьи, ее ценят и дети, и родители. Няня-профессионал не только обслуживает детей, но и занимается с ними. Сравнение мамы и няни неизбежно, но оно всегда должно быть в пользу мам. Иначе мамы проявляют характер и напоминают о том, кто в доме хозяйка. Мама перестает выполнять рутинную работу, становится менеджером семьи и может разделить эту функцию с папой. В такую разумную

организацию труда может вмешаться только один серьезный фактор – сильная эмоциональная привязанность к няне у ребенка, который не в состоянии оценить систему распределения семейных обязанностей, но всегда чувствует, откуда идут тепло и нежность. Стоит ли, обнаружив, что ваш ребенок «любит няню», увольнять ее за нарушение предписания держать дистанцию? Нет. Лучше, если ребенок будет привязан хотя бы к одному члену семейной команды, чем ни к кому.

Правило № 82. Глубина эмоциональной привязанности ребенка к членам семьи напрямую зависит от количества времени, проведенного с ними.

24 МАРТА

Мама и дочка.

Отношения у мам с дочками самые трудные, потому что вольно или невольно они конкурируют за внимание одного и того же мужчины. Даже если дочка признает мамино первенство, она надеется, что вырастет и встретит такого же папу, который будет принадлежать только ей. А может, даже и лучше, чем папа, потому что она точно будет лучше, чем мама. Разуверять дочку вам не придется, потому что эти мысли никогда не высказываются вслух. Но если мама включит громкость для своих собственных рассуждений о дочке, ей нужно быть готовой получить жесткий ответ непримиримой соперницы. Беда, если мама начнет контролировать дочку и предупреждать о грядущих несчастьях. В психологии это называется материнским проклятьем. Хотя соблазн делать замечания дочери, да еще в присутствии других членов семьи, велик, стоит взять листок и, проделав тяжелую психологическую работу, составить список «Что мне нравится в моей дочери». Легко обнаружить, что мамам в дочерях нравятся те черты, которые нравятся и в себе. Мама смотрит на дочь словно в зеркало. Попросите папу расширить список. Выучите этот список наизусть. Теперь у вас есть шаблоны для поддержания положительной самооценки у дочери, а также проект своего собственного развития. Есть к чему стремиться. Ведь папа прямо назвал то, что ему нравится в его девочках.

Правило № 83. Мама ждут, что дочери реализуют их самые заветные и тайные мечты. Папы помогают дочкам выбраться из плена маминых иллюзий.

25 МАРТА

Мама и сын.

Известно, что мамы, у которых первенцы – сыновья, ведут себя более независимо и активно, стараются соответствовать стандартам и ожиданиям мужской команды. За внимание мамы борются два мужчины – папа и сын, а мама находится в состоянии постоянного сравнения, заведомо предпочитая сына. Если в дочках мама видит свое продолжение по сходству, то в сыне реализуется неостребованная, контрастная часть личности – сильная, самоуверенная, властная женщина, настроенная на конкуренцию с мужчинами, агрессивно реагирующая на препятствия и возражения. Риск конфликтных отношений между мамой и папой нарастает. Хотя мама себя чувствует более гармонично и неуязвимо, когда рождается именно сын. Но и для развития личности мальчика важны женская забота, теплота и нежность, иначе самому сыну по закону комплиментарности придется развиваться по женскому, опекаемому, зависимому типу. Ребенок (неважно, мальчик или девочка) – это всегда вызов для маминого Я. На эти вызовы не стоит отвечать немедленно и спонтанно. Лучше взвешенно подбирать ответные жесты, реакции, высказывания. Детские психологи вам помогут.

Правило № 84. Мамы стараются нравиться своим сыновьям, демонстрировать не только женские, но и мужские качества – всемогущество, преданность, смелость. Пол ребенка усиливает соответствующую часть личности родителя.

26 МАРТА

Мама и поклонники.

Наши мамы настолько хороши, что не могут не нравиться другим людям. Ребенку приятно слышать: «Какая у тебя хорошая мама!», «Мне бы такую маму!», «Повезло же тебе с мамой!» Но это не значит, что семья готова принять в свои ряды реальных претендентов на мамино внимание. Друг семьи, который волочится за мамой с детства, воспринимается членами семьи как смешной персонаж, неудачник, которого могут пожалеть даже дети. Мамина или папина подруга тоже может восприниматься как инфантильная особа, готовая погреться у чужого семейного очага. Папы с более пристальным вниманием относятся к друзьям семьи, отслеживая «чужаков» на своей территории, которых они уважают и даже превозносят, защищая от критики домочадцев, рекламируя их мужество и порядочность. Им льстит, если друзья одобряют выбор супруги и ценят семью: «Какая у тебя хорошая жена!», «Повезло же тебе с женой!», «Мне бы такую жену!» Но

поклонников нужно держать на расстоянии. Неприлично принимать поклонника, если дома нет ни детей, ни мужа. Это правило не из области моральных осуждений, а из области профилактики семейных конфликтов.

Правило № 85. Compliments маме в присутствии папы – это признание удачного папиного выбора и его превосходного вкуса. Compliments поклонника наедине с мамой – это осуждение неудачного маминого выбора, провокация на измену.

27 МАРТА

Мама и бабушка.

Мама и бабушка – такие же мама и дочка, но на более позднем этапе жизни. К моменту рождения ребенка все конфликты между мамой и дочкой должны быть исчерпаны, потерять свою напряженность. Инфантильные, вечно несчастные женщины ищут виновных вовне, зрелые женщины сами готовы меняться и прилагать усилия, не ожидая ни помощи, ни подсказки со стороны. Одни пытаются опереться на прошлое, которое уже не исправить, другие черпают энергию в надежде на будущее, в котором возможно все. Муссируя претензии к своим мамам (бабушкам наших детей), мы занимаемся мазохизмом, подвергаем себя повторной травматизации, возвращаемся во времена заниженной самооценки. Зрелая женщина излучает благодарность своим родителям за помощь и посильное участие в жизни ее семьи.

Правило № 86. Черпайте энергию не в прошлом (во взаимоотношениях со своими родителями), а в будущем – в отношениях с детьми.

28 МАРТА

Мама и деньги.

Старая традиция «папа зарабатывает, мама тратит» нарушается сплошь и рядом. Зарабатывает сегодня кто и сколько может, а доходы в эпоху кредитов расписаны на годы вперед. И все-таки паритетность денежных трат нарушается. Основной ресурс сегодня сосредоточен в руках пап, которые направляют деньги на погашение кредитов на квартиру и автомобиль. Как в государстве культура, так в семье дети финансируются по остаточному принципу. Мудрость состоит в том, чтобы вкладывать в будущее, а не только в настоящее. Оценивая детские

запросы как мизерные, мы не даем развиваться личности ребенка.

Правило № 87. Мама – адвокат детских потребностей и контролер самой главной части бюджета. Расходы на нужды детей должны расти вместе с детьми.

29 МАРТА.

Мама и болезнь.

Когда мама болеет, весь дом погружается в тоскливое состояние. Детей тревожит мамина болезнь, потому что потеря мамы – самый большой детский страх. Мамы делятся на две категории. Для одной категории болезнь – это период релаксации, самопогружения и изоляции, что-то вроде сеанса медитации. Его цель – гармонизировать внутренний мир. Для другой категории мам болезнь – это повод привлечь внимание домашних, получить заботу и любовь, которую она щедро отдавала накануне. Очень важно не перепутать мамин запросы. Папы знают особенности мам и должны сообщить детям, как лучше себя вести – предлагать маме чаю, почитать ей книжку, рассказать веселую историю или ходить на цыпочках, разговаривать шепотом и не беспокоить целый день. По счастью, все мамы склонны выздоравливать. Они понимают, как сильно скучают по ним папа и дети, и стараются болеть недолго.

Правило № 88. Мамины недомогания призваны помочь всем членам семьи оценить ее заботу и любовь. Нужно вернуть маме хотя бы часть теплых чувств, важных для поддержания ее высокой самооценки.

30 МАРТА

Борьба за мамино внимание между детьми как способ мотивации достижений.

Как бы ни хотела мама распределить поровну свое внимание между детьми, конкуренция неизбежна. Если разница в возрасте детей небольшая, то старшие получают фору: они умеют больше, чем младшие, за ними ухаживали еще не уставшие родители, а когда внимание папы и мамы переключается на младшего ребенка, им даруется относительная свобода на 2–3 года. Младших детей больше опекают, что, как это ни парадоксально, и мешает им активно развиваться. Поскольку разница в 1–3 года существенна для малышей, они растут с комплексом пораженца, объективно «отставая» от своих братьев и сестер. Нередко в таких случаях инфантилизация младших детей сохранится на всю

жизнь. Они явно или скрыто завидуют старшим, обвиняют родителей в том, что им пришлось донашивать одежду за их любимчиками.

Правило № 89. Верная родительская стратегия – предъявлять серьезные требования всем детям, сосредоточиваться не на капризах младшего, а на развитии старшего. За старшими должны тянуться, а не завидовать им.

31 МАРТА

Сколько детей – столько и мам.

Сложность воспитания близнецов (а сегодня благодаря развитию технологий репродукции все чаще рождаются двойни и тройни) в том, чтобы постоянно и на ходу придумывать разные варианты одного и того же: разные платица, ленточки, бусики. Разные комплименты, разные задания... Особенно важно соблюдать баланс и не превратиться в бесконечно виноватую и угрожающую всем маму. А для этого мамочке стоит давать себе передышку и переадресовывать задания и вопросы своим детям. Пусть тоже придумывают что-то новое, свое...

Мама близнецов должна быть суперкреативной. Но и дети в таких семьях получают шанс на развитие повышенной изобретательности и сообразительности. А это залог высокой адаптивности в будущем! Многие люди, достигшие успехов в жизни, росли в многодетных семьях.

Правило № 90. У нас говорят: голь на выдумки хитра. В многодетных семьях это правило работает еще сильнее.

Апрель. Тренинг юмора



Дело не только в том, что 1 апреля – день всеобщего веселья, а весна сопровождается нарастающим чувством радости. Главное – без юмора невозможно представить себе дружную веселую семью, с оптимизмом смотрящую в будущее...

1 АПРЕЛЯ

День фокусника.

1 апреля все на чеку и ждут розыгрышей. Юмор – это способ установить контакт с другими, удивив и развеселив их. У детей юмор визуальный. Они мыслят картинками, а не понятиями. Игра слов им пока не по плечу. А если вы вздумаете разыграть ребенка, он не поймет подвоха, даже если вы раскроете обман. Ведь в этом возрасте дети всерьез верят в волшебство и фокусы.

Правило № 91. Если хотите рассмешить ребенка, переоденьтесь в костюм фокусника или покажите какой-нибудь трюк!

2 АПРЕЛЯ

Поддавайтесь малышам хотя бы раз в месяц.

Больше всего на свете дети любят побеждать взрослых. Если вы боретесь и малыш вас повалит на пол, его радости не будет предела. Если вы играете в прятки и ребенка никто не может найти – даже умный папа и смекалистая мама, то он будет счастлив. Может, поэтому детям нравятся плуты и обманщики в сказках. Они выберут лису, которая с помощью хитрости уговорила глупую ворону спеть песню и выронить сыр. Они будут болеть за хитрого зайца, если он не испугается и не сдастся волку, а устроит из погони аттракцион под названием «Ну, погоди!».

Правило № 92. Дайте малышу почувствовать себя сильнее вас хотя бы иногда. Дайте ему надежду на то, что он вырастет и не подведет вас!

3 АПРЕЛЯ

Гений – парадоксов друг.

Дети любят парадоксы. Им нравится, если маленький муравей из сказки будет тащить огромную фурнитуру, чтобы построить себе дом. Если огромный слон будет танцевать польку, а крохотный комарик запоет басом. Если мальчик наденет огромное папино сомбреро, а девочка – туфли на высоких каблуках или вообще папину тельняшку. Дети пробуют соединять несоединимое, создавать несуществующее, достигать невозможного. И в этом они очень похожи на взрослых гениев. Вернее, гении очень похожи на детей. Что тоже парадоксально!

Правило № 93. Любовь к парадоксам в детстве – это пролог к настоящему творчеству!

4 АПРЕЛЯ

Эхолалия как способ погасить конфликт.

Чтобы обезоружить нападающую сторону в конфликте, можно не сопротивляться, а просто сбивать с толку. Простое молчание тут не помогает, потому что и оно может восприниматься как сопротивление, игнорирование, молчание назло. Есть стопроцентный прием сбить с толку агрессора: повторить последнюю фразу с его же интонацией. «Ты никогда не покупаешь мне игрушек!» – говорит обиженный сын. «Ты никогда не покупаешь мне игрушек!» – с такой же обидой отвечает папа.

Действительно, сыновья никогда не покупают папам игрушек и даже не задумываются над тем, о чем же мечтают папы. «Мне надоело есть кашу. Фу, как мне это не нравится!» – капризничает дочка. «Фу-фу, мне тоже не нравится каша. Мне надоело есть кашу. Это последний раз!» Повторяя фразы, мы, во-первых, даем понять, что мы слышим ребенка и разделяем его чувства. Во-вторых, мы гасим напряженность конфликта, взаимодействие развивается не на принципах противостояния, а на принципах консолидации. Если нет конфликта, если тебя понимают, просто нечем крыть. План сопротивления сорван, малыш обезоружен, он вынужден идти на компромисс, принять позицию родителя целиком или в какой-то степени. В первом случае ребенку придется отказаться от покупки игрушки, во втором – согласиться съесть хотя бы половину порции, пополам со своим товарищем по несчастью.

Правило № 94. Самый простой способ исчерпать конфликт с ребенком – занять его сторону.

5 АПРЕЛЯ

Несчастливцев или Счастливых?

Все люди делятся на «счастливых» и «несчастливых». Трудно сказать, когда мы попадаем в ту или иную категорию, но простое упражнение прольет свет на природу вашего отношения к жизни. Спросите всех членов семьи, включая детей, какое самое раннее детское воспоминание им приходит в голову. Кто-то вспоминает, как боялся входить в подъезд, потому что там, в дверном проеме, промелькнула кошка. Кто-то вспоминает, как папа носил на плечах, когда далеко было идти в гости. Кто-то ясно помнит, как купался в ванной и «лопнул» игрушку. Кто-то вспомнил, как впервые взял в руки живую жабу и поразился тому, какая она холодная и мягкая. Большинство воспоминаний можно поделить на «хорошие» и «плохие». То, с какого аккорда (минорного или мажорного) началась жизнь, во многом определяет восприятие жизни в последующем. Есть, правда, круг нейтральных эмоций, например сильное удивление. Если ваш ребенок вспоминает что-то удивительное, скорее всего, ему присущи способность видеть события со стороны и хороший творческий потенциал.

Правило № 95. Интересуйтесь детскими воспоминаниями членов семьи – это поможет понять их.

6 АПРЕЛЯ

Используйте «эффект заражения», чтобы поднять настроение детям.

Есть традиция считать, что все, что по-настоящему смешно, одинаково действует на взрослых и детей. Когда папа и мама смотрят КВН, Comedy Club, а ребенок крутится рядом, мы увидим, как он смеется тогда же, когда и взрослые. Конечно, приятно осознавать, что ваш ребенок тонко чувствует юмор, но, скорее всего, дело в имитации. Дети, как обезьянки, легко и привычно повторяют наши реакции. Для этого им вовсе не обязательно понимать содержание иногда пошловатых шуток юмористических программ для взрослых. Они счастливы порадоваться вместе с родителями, «прокатиться» на волне их хорошего настроения.

Правило № 96. Счастье каждого из нас становится сильнее, если мы делим его с другими – дорогими и близкими людьми.

7 АПРЕЛЯ

Веселая гипербола.

Преувеличение лежит в основании смешного. Природа юмора известна со времен Аристотеля. Все, что придумало человечество, может быть изменено в сторону уменьшения или преувеличения. Так уж получилось, что положительные эмоции вызывает преувеличение. У преуменьшений довольно сомнительная репутация. Может, потому что люди растут, рост воспринимается как прекрасная перспектива. Может, потому что уменьшение в своем пределе чревато исчезновением, а это опасно! Может, потому что все маленькое плохо видно, а большое видится издалека. Словом, все большое вызывает если не радость, то восторг. Дети любят кататься на качелях, взлетая вверх. Дети обожают «колесо обозрения». Им нравится, когда папа сажает их на плечи – глазам ребенка открывается широкий обзор. Им нравится примерять большие шляпы и туфли на каблуках, сидеть за рулем большого автомобиля, они любят ходить в магазин, как взрослые, выкладывая копейки на прилавок. Мальчики любят играть с большими машинами, девочки – получать в подарок огромные куклы. Когда игрушка превосходит ожидания, ребенок радуется. Создатели маппет-шоу для детей знают эту закономерность и делают огромные куклы, а «нормальным» персонажам шьют камзолы с большими карманами и пуговицами. Авторы мультфильмов выбирают в качестве героев больших животных – бегемотов, слонов, крокодилов, мишек, жирафов. Потому что они вызывают радостную реакцию уже одним

размером. Правда, в нашей национальной традиции делать из гигантов страшилищ: Карабас, Змей Горыныч, Великан из «Кота в сапогах». Мы пугаем детей, желая предупредить их об опасностях, и одновременно отбиваем у них всякое желание проникнуть в Мир Больших Существ.

Правило № 97. Будут вашего ребенка радовать и смешить большие персонажи, животные или пугать и наводить ужас – решайте сами. Страх перед размерами не врожденный, он приобретается в детстве. Размеры могут смешить!

8 АПРЕЛЯ

Почему они привирают?

Дети часто используют гиперболу – преувеличение, если хотят быть услышанными. «Я не хочу есть, посмотри, у меня живот лопается – вон, как у слона!» Вообще, использование образных приемов закономерно и убедительно в этом возрасте. Метафоры, сравнения, гиперболы имеют предметно-образную чувственную основу, они в большей мере отвечают пралогизму мышления у детей.

Поэтому и взрослым, если они хотят говорить с детьми на одном языке, следует почаще прибегать к образному языку: «Ты прыгаешь, как кузнечик!», «Ты проснешься – и мы вместе разбудим солнышко. А пока оно уснуло, видишь, темно, и нам пора спать!», «Давай покормим рыбок, видишь, они хвостиками мелькают, просят!»

Правило № 98. Когда дети хотят произвести впечатление и быть услышанными, они преувеличивают.

9 АПРЕЛЯ

Почему некоторые дети никогда не смеются, а у некоторых родителей нет чувства юмора?

Исторически на Руси важна была готовность к тому, что придет беда и придется выживать. Войны, суровая природа, внутренние распри – постоянные факторы риска сопровождали историю страны, было не до смеха. Веселиться считалось не к добру, от черта, а не от Бога. «Смех без причины – признак дурачины». Смех приравнивался к агрессии. Смеяться над другими – значит вызывать огонь на себя. Смеяться над собой – значит обнажать, прямо указывать на свои слабые места. Ирония и самоирония, которые стали стилем мышления современного

жителя земли, пока настораживают россиян. Поэтому на всякий случай или по привычке мы гасим в детях чрезмерную смешливость: «Ну что ты смеешься, как дурачок?», «Смотри, досмеешься!», «Ты над кем смеешься?» Юмор – это способ открытия мира, где рядом с обыденным есть еще и превосходный, необычный вариант того, что уже все видели. Новым может быть все что угодно – выражение лица, высказывание, жест, объект, взаимодействие.

Правило № 99. Юмор не унижает и не уничтожает, юмор расширяет мир и возможности нашего Я.

10 АПРЕЛЯ

Искусство ласкового имени.

Ребенок чувствует себя особенным и любимым, если у него необычное и ласковое имя. Оно может быть модификацией от настоящего имени: Катя – Катенок, Елизавета – Лизок, Сергей – Серенья, Олег – Аличек и пр. Обращаясь уменьшительно-ласкательно, мы напоминаем ребенку и себе о том, что нас связывают теплые отношения абсолютной любви, нежности и принятия. Если папа и мама вдруг изменяют этому правилу, называют ребенка «как все», это сигнал ему о том, что происходит что-то экстраординарное, недопустимое. Неформальные отношения становятся формальными, а это преддверие конфликта. Потому что и в самых благополучных и любящих семьях бывают сложные ситуации. Но в семьях, в которых не практикуют нежности, – переходят на крик, а в ласковых семьях просто меняют одно имя на другое – с перспективой возврата отношений на прежнюю волну нежности.

Правило № 100. Выбирайте регистры на органе ваших взаимоотношений с детьми! Можно переходить с обычного, общего тона на грубый, а можно с нежного на обычный. Контраст между привычным и новым – сигнал ребенку о том, что родитель хочет сказать что-то важное.

11 АПРЕЛЯ

Искусство составления веселой записки.

Для того чтобы полезная записка была веселой, достаточно придумать забавную подпись: «мамука», «папуспик», «дед Пихто», «крокодил Гена», «Карлсон», «сеньор-помидор». Например, читает ребенок строгую родительскую инструкцию: «Помой посуду. Вынеси мусор. Сходи за хлебом. Позвони бабушке, спроси, как

она себя чувствует» – словом, все дежурно, скучно, формально, потому что родителям и самим такие записки писать надоедает, и времени на них нет. Но внизу подпись «дюймамочка». Или тот же список, но с мистическим обращением: «Агенту 007. Совершенно секретно». До 12 лет метод веселых записок действует безотказно, только каждый раз нужно придумывать что-то новое, то есть вспоминать что-то старое, прочитанное, увиденное. Сегодня родители уже не оставляют записки на столе или под магнитиком на холодильнике, а отправляют СМС-ки. Меняется технология, но не сам жанр краткого информационно-эмоционального сообщения.

Правило № 101. Придумывайте смешные подписи для директивных указаний. Сигналы о любви важнее предписаний.

12 АПРЕЛЯ

Зоопарк – тренинг экспрессии.

Дети не могут выражать эмоции так же спонтанно и естественно, как, например, животные. С каждым годом дети становятся все более зажатыми, следуя принципу «чем старше ребенок, тем сдержаннее он должен быть». Сдержанность, отсутствие эмоций отождествляются у нас с воспитанностью. Обратным эффектом такого воспитания оказывается потеря навыка эмоционального выражения. А еще более серьезным следствием – игнорирование эмоций как ложных сигналов о том, что происходит с нами и с миром. Зоопарк – одно из мест, где выражать эмоции считается хорошим тоном. Животные только этим и занимаются. Актерам, чье искусство напрямую состоит в экспрессии, рекомендуется ходить в зоопарк, чтобы погримасничать. Давайте отправимся туда и мы – покривляться, подразнить и поучиться у тех, кого не научили сдерживаться.

Правило № 102. В зоопарк ходят не только для того, чтобы показать ребенку, как выглядит дикобраз. В зоопарке тренируют навыки экспрессии, чтобы выражать самые важные эмоции – счастье, любовь, нежность.

13 АПРЕЛЯ

Цирк – симулятор положительных эмоций.

Дети любят ходить в цирк, потому что помимо дрессированных и таких забавных зверей там есть клоуны, которые специально смешат. Звери удивляют, акробаты

восторгают, клоуны просто смешат. Всех родителей нужно отправлять на курсы клоунов, чтобы усвоить язык дошкольников и наиболее эффективные способы воздействия. Клоуны говорят как маленькие, тонкими голосами или, наоборот, нарочито грубо, устрашающе, так что всякий поймет, что это не по-настоящему. Клоуны ходят как маленькие, раскачиваясь, спотыкаясь и падая. Дети обожают, если взрослые ведут себя как маленькие. В такие минуты они чувствуют себя сильнее и компетентнее. Клоуны смеются громко и выразительно и так же плачут. Не услышать и не среагировать на клоуна нельзя. А еще у них такие же проблемы с одеждой: сандалии спадают, шнурочки на ботинках развязываются, пуговиц всегда больше, чем петелек, а штанишки сползают. Чтобы понять своего ребенка, родителям стоит на время стать гражданином Республики Развязанных Ботинок. Это гораздо труднее, чем быть членом Клуба Застегнутых На Все Пуговицы Пиджаков.

Правило № 103. В цирке дети больше всего любят клоунов – взрослых, которые очень похожи на детей. На вопрос: «На кого похож ребенок?» следует отвечать: «На клоуна!»

14 АПРЕЛЯ

Они не творят, а шутят.

Часть родителей одержимы реваншистскими настроениями. Не успел еще ребенок родиться, как папа и мама выискивают в нем проблески гениальности. Если бы наши родители были более внимательными к нашим детским опытам, мы бы уже давно стали нобелевскими лауреатами. Мы же не знаем, что родители просто щадят нас, да и сами стараются не вспоминать, как были разочарованы средними способностями своих любимчиков. Психологи не советуют гордиться результатами детского «творчества», потому что дети не в состоянии самостоятельно отличить «гениальное» от «банального». Им, конечно, приятно, когда их мазню объявляют проявлением гениальности, а не наказывают за испачканные стол и руки. Но гораздо больше они ценят то, что им разрешается делать все, что хочется. Все, что родители могут принять за художественное творчество, искусство, носит характер игры и шалости, основная цель которых – получить удовольствие от исследования мира. Прагматизм и рыночное мышление толкают взрослых на то, чтобы из этих детских забав сделать источник славы и богатства.

Правило № 104. Сочинение стихов и музыки в

раннем возрасте носит исключительно шуточный характер.

15 АПРЕЛЯ

Дети радуются, если им удастся прикоснуться к чему-то новому.

Дети удивляются почти каждую минуту, потому что все вокруг новое и неизведанное. Но больше всего их восхищает возможность прикоснуться к чему-то новому. Вспомните младенца, который тянется ручками к висящим над ним погремушкам. Как только ребенок видит что-то занятное, первым делом он хочет это ухватить. Дети таскают за шиворот кошек, тянут к себе игрушки, лезут руками в тарелку с кашей, оставляют следы ладошек на стенках и стеклах, стаскивают на пол скатерти. Уму непостижимо, как мощно ребенок взаимодействует с миром в то время, как его родители ходят вокруг него на цыпочках не дыша. И хотя родителей расстраивает такое положение дел, ребенок все равно будет стремиться к новым впечатлениям, потому что они – главная пища для его мозга с первой минуты появления на свет.

Правило № 105. Накормив ребенка кашей, не забудьте показать ему что-то особенное! Новые впечатления – главная пища для ума малыша.

16 АПРЕЛЯ

Дети смеются, когда у них получается что-то удивительное.

Любая трансформация производит сильное впечатление на ребенка. Она кажется ему волшебством, потому что ему непонятно, откуда что берется. Причинно-следственные связи между событиями, объектами и людьми ребенку недоступны до самой школы. Условно говоря, в мире малышей все возможно и ничего не запрещено. Происходит это еще и потому, что у ребенка нет возможности что-то изменить. Взлетевшая с цветка бабочка, упавшая на пол чашка, разлитый по столу кисель – только часть наблюдаемых ребенком удивительных изменений. Если ему самому удастся что-то трансформировать («сломать», «испортить» – на языке взрослых), он может по-настоящему обрадоваться. А ведь положи руку на сердце разве мы не пытаемся жить по законам трансформаций? Например, утром бреясь или надевая новое платье, готовя завтрак или расчесываясь перед зеркалом, мы все время что-то меняем в свою пользу и себе на

радость. Не так-то далеко яблоня стоит от яблочка!

Правило № 106. И нам, и детям нравится трансформировать мир. Только так мы поможем почувствовать свою причастность к жизни.

17 АПРЕЛЯ

Перевертыши: как сделать из трагического – смешное и наоборот?

Смешной эффект достигается, если мы просто поменяем местами героев сказки. Если вместо Колобка от Бабки сбежит Дед, а вместо Красной Шапочки по лесу с корзинкой пирогов отправится Волк. Слабый становится неожиданно сильным, большой – маленьким, страшный – красивым, умный – глупым и наоборот. Когда все сказки прочитаны десятки раз и ребенок поправляет вас всякий раз, когда вы, скучая, несете отсебятину, пора включать воображение и если уж фантазировать – так на полную катушку, радикально меняя сюжет. Только давайте ребенку отдохнуть от заливистого смеха и предложите придумать что-то свое.

В конце концов, поменяйтесь с ним ролями. Пусть он будет заботливым родителем, которому предстоит уложить спать маленького непоседу, требующего все больше внимания и все новых сказок.

Правило № 107. Чтобы рассмешить ребенка, достаточно использовать простые перестановки. Юмор – отличный способ стимуляции воображения!

18 АПРЕЛЯ

«Веселое меню».

Чтобы еда приносила детям такое же удовольствие, как и нам, нужно создать вокруг блюд ореол счастья и привлекательности. Классифицируйте блюда по эмоциям, которые они вызывают, и у вас сразу образуется набор «смешных» и «веселых» блюд, поднимающих настроение. К ним как раз относятся те, которые особенно любят дети, – фрукты, в первую очередь апельсины и мандарины, а также абрикосы, ананасы и бананы. Это оранжево-желтая часть «веселого меню». Добавьте сюда полезную морковь. Красная часть меню – клубника, яблоки, вишня, помидоры. Они не столько радуют, сколько придают сил. Есть зеленые, но тоже «несерьезные» овощи и фрукты, например стручки свежего гороха, груши. Конечно, сладости всех сортов конкурируют с фруктами и ягодами,

которые растут на ветках или на грядках, однако если вы хотите, чтобы еда была не только веселой, но и полезной, включите в «веселое меню» полезные продукты и рекламируйте их изо всех сил. Вкус и пищевые привычки формируются с детства. Не заевайтесь, потому что вокруг детей «рыскает» множество «доброжелателей», карманы которых набиты карамельками, шоколадными трюфелями и батончиками с приторными ароматизаторами.

Правило № 108. То, что вызывает улыбку, становится чрезвычайно привлекательным для ребенка.

19 АПРЕЛЯ

Съесть смешинку на обед.

Веселой можно сделать любую тарелку каши. Нужно только выложить ягодками или нарисовать вареньем либо йогуртом веселую рожицу. Завтраки превратятся в поедание смешинки и зарядят хорошим настроением на весь день. Еще лучше, если самому малышу предоставят возможность нарисовать улыбающегося человечка.

Правило № 109. Покажите ребенку пример, как из простого сделать смешное, веселое, забавное.

20 АПРЕЛЯ

Передразнивайте тех, кто служит плохим примером для детей.

Есть очень хороший способ обесценить дурное влияние тех, кто окружает наших детей. Если вашего ребенка изводит сосед или периодически вы встречаетесь со знакомой, которая пристаёт к ребенку со всякими глупостями (вроде «Ну почему же ты такой толстый растешь? Много кушаешь? Лопнешь!»), изобразите «врага» в лицах. Дети и сами консолидируются, когда дразнят злую воспитательницу или несправедливую учительницу. Если кто-то из членов семьи неумолимо травмирует ребенка или наносит вред вашему авторитету, вы встанете перед выбором – смириться, учитывая возраст и родственные связи, или сопротивляться. Например, под одной крышей живут, но не могут найти общий язык мама и бабушка.

Бабушки ведут себя, как правило, прямолинейно, напористо, безапелляционно. На их стороне авторитет возраста и опыта. Вступать в открытый конфликт бесперспективно. Но как-то надо дать понять ребенку, что некоторые «наезды» со стороны

взрослых можно пропускать мимо ушей. Вести себя так назидательно просто неумно.

Правило № 110. Ценность дружеского шаржа в том, чтобы, не тратя времени на описания и объяснения, точно отзеркалить образ. Дружеский шарж – это ограничительный знак.

21 АПРЕЛЯ

Культурная провокация с полезным эффектом.

Позвоните домой и скажите, что синоптики передали ураган в 10 баллов, поэтому нужно срочно собрать чемоданы, положив туда только самые необходимые предметы, надеть галоши, раскрыть зонтик над головой (от возможных излучений) и сидеть на диване, ждать, пока не приедут спасатели. Особо предупредите, чтобы никому больше не звонили, не сеяли панику в городе. Доверчивые члены семьи в возрасте до шести и после шестидесяти в точности выполняют вашу инструкцию, потому что старики и дети чувствуют себя беспомощными перед лицом стихии и принимают все природные катаклизмы с особой серьезностью. Придя домой, объявите, что это был тренинг безопасности, который завершился успешно. Всем раздайте по киндер-сюрпризу и не забудьте расспросить про первую реакцию и переживания, чтобы успокоить домочадцев окончательно. Проверьте содержание чемодана: что полезного взяли с собой дети? Почему они считают это полезным? Вот вам и повод определить приоритеты вещей. Что важнее – комнатные тапочки или робот-трансформер? Половник или молоток? Документы или поверенная книга? И никогда не признавайтесь в том, что ваш звонок – просто шутка. На такие серьезные темы не шутят. Назовем это культурной провокацией с полезным эффектом.

Правило № 111. Чтобы оценить приоритеты членов семьи, понаблюдайте за ними в экстремальной ситуации.

22 АПРЕЛЯ

Коллекционируйте и рассказывайте смешные случаи из жизни детей.

Периодически вспоминайте забавные истории из детской жизни, особенно если вы хотите сообщить ребенку, что вам дороги не только его успехи и достижения, но и его ошибки, неловкое поведение, оговорки. Когда дети маленькие, мы чрезвычайно великодушны и дружелюбны. Куда это девается,

когда дети начинают приносить двойки и разочаровывают нас? А ведь дети ждут от нас поддержки и понимания при любых обстоятельствах. Что тогда такое любовь?

Правило № 112. Веселые совместные воспоминания наполняют отношения детей и родителей теплом и нежностью.

23 АПРЕЛЯ

Придумывайте новые слова и высказывания вместе с ребенком.

Творчество – приносящее радость занятие. Совместное творчество – особое счастье, взаимодействие двух близких людей. Мы живем во времена, когда коллективное творчество имеет лучший шанс на признание. Культ гениев сменился культом личного успеха, который в свою очередь, незаметно сменился культом творческих альянсов – ансамблей, творческих коллективов, команд, бизнес-групп и т. д. От того, успеете ли вы открыть ребенку радость совместной деятельности, зависит, будет ли он работать с энтузиазмом для общего блага или мучиться завистью к своему более талантливому коллеге. Родитель и выступает в роли более талантливого коллеги, который с интересом примет любой вброс идей для обсуждения. Все начинается с придумывания новых слов («Абаламумча – это такая птица с синим клювом»), высказываний («Мама мыла мыло») и стихов («Слоны играют на гармошке, а исполняют песни кошки»). Дети любят говорить абракадабру, придумывать несуществующие слова. Они утверждают, что говорят по-японски, по-английски и по-китайски. Но именно с такой неловкой и бессмысленной имитации и начинается усвоение звукоряда и ритма языка.

Правило № 113. Способность ребенка к совместному творчеству, сотрудничеству – залог его успеха в будущем. Время гениев-одиночек давно позади.

24 АПРЕЛЯ

Приходите домой с сюрпризом.

Лучший способ доказать любовь своим близким – это систематически радовать их мелочами: приносить домой шарики, флажки, конфетки, красивые салфетки с вечеринок. Любовь – это желание поделиться чем-то хорошим, что-то отдать, а не ухватить самому, отобрать для себя. Любящий родитель знает, что существуют тысячи способов приготовить одно и то же блюдо.

Что-то сказать можно десятками способов. А когда шарики закончатся, можно приносить киндер-сюрпризы, афиши с концертов, конфетти. Любой «артефакт» может стать подарком, если сопроводить его соответствующими словами и объятиями. Можно просто скачать мелодию из Интернета и включить ее, пока все дружно собирают на стол ужин.

Правило № 114. Маленький подарок недорого стоит, но высоко ценится.

25 АПРЕЛЯ

Ошибка, повторенная трижды, становится коронным номером.

Если вы оступились и упали, одни бросятся вас поднимать, другие засмеются, третьи испугаются за вас. Если вы перевернули тарелку с кашей за столом, одни будут сердиться, другие бросятся помогать, третьи засмеются. Если вы потеряли варежки, одни посчитают вас растеряшей, другие пообещают никогда больше не покупать обновки, третьи начнут подшучивать. Ну и какую реакцию вы предпочтете? Лучше всего отнестись к ошибке с юмором и поддержать тех, кто реагирует легко и весело на ситуации, в которых мог оказаться каждый. Если вы тут же повторите свой «подвиг» трижды (трижды упадете, или трижды изобразите, как обнаружили пропажу, или трижды перевернете тарелку), всем покажется, что вы, словно клоун, хотели всех позабавить. И смех – единственно правильная реакция на произвольный промах. Нельзя же менять мнение о человеке только потому, что он оступился! «Страшно не упасть, а не подняться» – гласит немецкая поговорка. Клоун – это ангел великодушия, подыгрывающий людям в их стремлении казаться более компетентными, чем они есть. Если ребенок попал в переплет, например упал на ровном месте, он будет вам очень благодарен, если вы тут же к нему присоединитесь. В крайнем случае про вас скажут: «Странная парочка – отец и сын», а это не так обидно, как услышать: «Какой ужасно неловкий мальчик у этого интересного молодого мужчины».

Правило № 115. Родителю предстоит делить с ребенком его репутацию, какой бы она ни была, ведь его больше некому защитить от давления публичного мнения.

26 АПРЕЛЯ

Научите ребенка общаться с рекламными куклами.

Большинство рекламных кукол мечтают, чтобы их принимали за людей, потому что внутри громоздких, тяжелых костюмов находятся люди. Как правило, это молодые, крепкие парни, которым нужно немного подзаработать, чтобы купить приличный костюм и устроиться на работу получше. Пешеходы спешат мимо, хорошо если хватают на ходу рекламки и флаеры. А ведь идея уличных кукол рассчитана на то, чтобы веселить и забавлять, тем самым привлекая внимание. Если вы прогуливаетесь по улице с ребенком, найдите несколько минут, чтобы пообщаться с кукольным «монстром». Когда еще представится такая возможность? Ведь ребенок видит кукол такого размера только по телевизору. А здесь появилась возможность поздороваться за руку, похлопать по плечу, угостить чем-нибудь, спросить дорогу, поговорить о погоде, поинтересоваться любимым блюдом, любимой песней. Да мало ли какие темы придут на ум в разговоре с симпатичным, но случайным знакомым! Вот вам и упражнение по преодолению коммуникативных барьеров.

Правило № 116. Чтобы у ребенка не формировались коммуникативные барьеры и недоверчивость, папа и мама должны демонстрировать свою способность к спонтанному общению.

27 АПРЕЛЯ

Пойте с ребенком под караоке.

Дети любят петь на публике, причем всё подряд. Точнее, они любят вызывать у окружающих сильные эмоции, а взрослые просто ликуют, когда ребенок затянет что-то вроде: «Щорс идет под знаменем, командир полка». Родители поступают нечестно, предлагая устаревший репертуар песен, слова которых непонятны детям. Но раз уж так получилось, пойте вместе или хотя бы подпевайте, разделив в конце шквал аплодисментов и гиканья. Так вы прикроете малыша от сильного внешнего давления. Детская психика уязвима, потому что дети пока не могут критично относиться к реакции посторонних и ожидают, что их эмоции – проявление вечной и искренней любви, а не благодарность за удовольствие.

Правило № 117. Хоровое пение как никакой другой способ передает детям ощущение резонанса с чувствами других людей.

28 АПРЕЛЯ

Гримасничайте перед зеркалом, если вам грустно.

Старый спор, что первично – эмоции или способы их выражения, чувства или экспрессия в рамках системы Станиславского, – разрешается в пользу формы, а не содержания. У животных и детей эмоции сильнее связаны с их состоянием. Но в мире взрослых ценится умение управлять собой и манипулировать другими. Ребенок не сразу обучается искусству распознавания своих и чужих эмоций. Классическое гримасничанье перед зеркалом поможет в этом. Это же упражнение лежит в основе актерского мастерства.

Правило № 118. Чтобы изменить эмоцию, нужно ее увидеть.

29 АПРЕЛЯ

Танцуйте вместе под веселую музыку.

Если уж вы взялись петь, то танцевать под ритмичную музыку для вас не составит труда. Малыши, едва встав на ноги, любят пританцовывать, но потом радость движения в такт мелодии куда-то девается. Мы непростительно теряем один из источников радости – свободное движение. Придите домой и «откройте» танцпол с мелодиями дискотек вашей недавней молодости! Танцуя, мы демонстрируем ребенку готовность разделить с ним стихию самых сильных переживаний.

Правило № 119. Чтобы сохранить природные пластику и грацию, чувствовать себя свободно и естественно в любом пространстве, нужно практиковать совместные свободные танцы.

30 АПРЕЛЯ

Позвоните самому смешному персонажу на свете.

Это очень просто. Спросите ребенка, кто кажется ему самым смешным на свете существом. Наберите номер телефона друга, предупредив его заранее, и передайте трубку ребенку со словами: «Это звонит Он!» (Он – это Тигра, Маска, герой фильма «Один дома», Чингачгук и т. п.). Пусть поговорят по душам, спросят друг у друга, как дела, каковы планы, что сегодня понравилось за обедом, кто обидел, кто развеселил? Пусть Он пообещает прислать что-то интересное. Это интересное тоже придется принести вам. И это интересное обязательно должно быть смешным. Не может же самый смешной персонаж на свете

подарить что-то простое, без фокуса? Одному папе, который выполнял это упражнение, пришлось писать письма почти целый месяц от лица Джима Керри. А ребенок писал ответы сам как мог, рисовал портреты членов семьи, человека-маску, картинки, тайные знаки в расчете на сообразительность своего кумира. Но в конце концов рассердился на тупость кумира: «Он думает, что я маленький! Пусть он теперь пишет Славке с первого этажа, ему четыре года»... Мальчик ждал, что к нему приедут в гости! Чудеса – это то, что мы придумываем и делаем для себя и своих детей сами. Не ждите Деда Мороза, он занят даже после дождичка в четверг!

Правило № 120. Жить счастливо и дарить счастье своим детям – это искусство придумывать веселые сюжеты.

Май. Тренинг взаимной любви



Когда все члены семьи научились вместе веселиться, они уже почти создали атмосферу взаимной любви. Осталось только научиться выражать ее корректно...

1 МАЯ

Зачем люди признаются в любви?

Признание в любви – слишком особенные слова, чтобы их произносить с частотой «здравствуйте». Родители признаются в любви, чтобы:

- 1) сообщить, как они соскучились по ребенку;
- 2) извиниться, загладить вину, когда они не выполнили обещанное или навредили репутации ребенка;
- 3) когда они хотят поднять настроение ребенку;
- 4) когда хотят похвалить ребенка;
- 5) если хотят услышать что-то подобное в ответ;
- 6) если хотят сообщить что-то важное, что может испугать или растревожить ребенка. Например, сказать о разводе;
- 7) чтобы заставить ребенка что-то сделать, оказать на него эмоциональное давление.

Правило № 121. Любовь – это не инструмент поощрения-наказания. Любовь – это ореол счастья, который родители создают вокруг детей, чтобы они

росли неуживимыми.

2 МАЯ

Манипуляции любовью.

Есть несколько откровенных способов манипуляции любовью. Например, фраза: «Если ты меня любишь, то сделаешь то, что я попрошу!», «Ну-ка покажи, как ты меня любишь!» Любовь – не разменная монета. Что бы ни происходило, мы любим своих детей и будем заботиться о них. Еще один способ манипуляции любовью – частые и немотивированные признания в любви. Циркулирует миф о том, что качество отношений зависит от того, сколько раз в день люди целуются и признаются в любви. Если родители не хотят, чтобы отношения в семье «засахарились» и они сами напоминали гоголевских Маниловых, лучше прибегать к невербальным формам выражения любви или косвенным и разнообразным признаниям.

Правило № 122. Дети очень чувствительны к искренности, подлинности чувств. Они не смогут вам больше верить, если заметят, что вы неверно называете свои чувства.

3 МАЯ

Правило любящего взгляда.

Для детей взгляд родителя, интонация его голоса значат больше, чем слова о любви. Дело в том, что вопрос, любят его или нет, стоит перед ребенком все время. Он с утра должен получить подтверждение того, что его любят. Если мы будим по утрам детей поцелуем в щечку или ласковым голосом, они просыпаются с улыбкой, а если криком пьяного капрала – они чувствуют ответный протест и агрессию. Потому что не любить своих детей, как подсказывает им чутье, это несправедливо. Для ребенка важен зрительный контакт с мамой или папой. Мы не так внятно и часто объясняем детям, о чем мы думаем и чего хотим, потому что считаем, что они маленькие и ничего не поймут. А что тут понимать? Логика ребенка состоит в том, что он может влиять на чувства родителя. Ведь родитель влияет на его чувства. Если папа или мама смотрят сердито, значит, они злятся и хотят наказать или подумывают, не отправить ли своего сына или дочь на перевоспитание к бабушке или в детский дом либо не сдать ли в полицию. Если родители грустят, то ребенок испытывает чувство вины за то, что расстроил маму или папу. Следите за мимическим выражением своего отношения к ребенку.

Правило № 123. Дети считают наше состояние иногда лучше, чем мы сами, просто потому, что они все время следят за нами со стороны и очень нами интересуются.

4 МАЯ

Правило теплового прикосновения.

Телесной метафорой счастья является материнское объятие. Конечно, нельзя всю жизнь прожить в обнимку с мамой, но обниматься после долгой разлуки (целый день в детском саду без мамы!) очень хочется. Ребенок не просто обнимается с мамой, он возвращает себе полноту жизни. Теплое прикосновение напоминает о материнских объятиях. Необязательно набрасываться на ребенка, сгребать его в охапку и удушающе тискать, достаточно погладить по плечу, взять за руку, провести рукой по спине, поцеловать в щеку, словом, напомнить о том, что вы рядом и любите. Это придаст ребенку сил и уверенности. Психологи рекомендуют транслировать телесные сигналы любви не по большим праздникам, а по 5–10 раз в день. Сегодня вас ждет большая работа. Любовь требует постоянной физической тренировки и хорошей формы.

Правило № 124. Никто не запрещает нам обнимать детей, однако мы из ложной скромности почему-то это делаем редко, следуя принципу «Всегда успеется!».

5 МАЯ

Когда любят, дарят что-то красивое.

В ответ на жесты любви все любящие люди хотели бы получать восхищенный или благодарный взгляд. Поэтому они стараются удивить чем-то необыкновенным, подарить что-то удивительное, показать что-то красивое. Красивый вид из окна может стать объектом совместного любования. Калейдоскоп и юла – игрушки, в которые заложена идея очаровать, заморозить ребенка красотой. Очень красиво двигаются животные, если остановиться и понаблюдать за ними. Красиво капает вода с веток деревьев, красиво светит луна, красиво поют птицы. Листья на деревьях один красивее другого. Есть такие красивые лица, что глаз не оторвать. Красота – это окно в альтернативный мир любви и гармонии. Красота – это предчувствие счастья, надежда на лучшую из возможных судеб.

Правило № 125. Все наполняется красотой, если

рядом тот, с кем хочется поделиться, кого хочется порадовать и сделать самым счастливым человеком на свете.

6 МАЯ

Когда любят, делятся чем-то интересным, раскрывают тайны.

Когда дети дружат, у них появляются общие секреты. Наличие тайн отделяет и детей, и взрослых от остальных людей. Когда мы делимся секретами, мы формируем доверительные отношения с другим человеком. Мы даем косвенное обещание не только не разглашать теперь общую тайну, но и помогать в особых ситуациях советом и делом. Если папа или мама сообщают что-то «только между нами», ребенок чувствует, насколько он близок и как высоко ценят его родители. Конечно, это не должны быть криминальные или эротические сюжеты, но есть наблюдения, истории или умения, которые мы можем передать детям как бы по секрету, чтобы возбудить их интерес.

Правило № 126. Ребенок чувствует, что его любят, если с ним делятся секретами.

7 МАЯ

Когда любят, спрашивают: «Как ты?»

В риторике отношений любви этот вопрос очень важен. Даже когда мы говорим: «Я люблю тебя!», это может читаться по-разному: «Я, именно Я, люблю тебя, и никто другой так не сможет к тебе относиться», «Я к тебе так отношусь, а ты меня подводишь на каждом шагу, ну и кто ты после этого?», «Я – особенный, из тех, кто смог полюбить даже такого, как ты», «Да, люблю я тебя, сделай для меня хоть что-то хорошее!», «Я тебя люблю, а ты меня любишь?» и т. п. Признание в любви может быть только приступом самолюбования и демонстрацией своей собственной потребности в любви. А вот простой вопрос: «Как ты?» обозначает только интерес к тому, кого спрашивают, и может читаться однозначно: «Мне безразлично, как ты себя чувствуешь, что ты думаешь. Ты очень важный человек в моей жизни». Косвенные признания – простые и однозначные – звучат как более сильное доказательство любви, чем приятные высказывания со скрытым смыслом – манипуляции любовью.

Правило № 127. Если хотите проявить настоящую заботу, спрашивайте дорогого вам человека: «Как ты?»

8 МАЯ

Когда любят – идеализируют.

Сильное идеальное Я открывает небывалые горизонты перед человеком. Для ребенка, который каждый день сталкивается с ограничениями, важно чувствовать себя всесильным и в перспективе. Гадкий утенок легче перенес бы обиды, если бы кто-нибудь намекнул ему, что будущее будет другим – прекрасным! Когда мы критикуем детей, считая, что в этом и состоит задача воспитания, они чувствуют, что мы их не любим. Если никто из членов семьи не видит прогресса ребенка, а в перспективе и серьезных вершин, то снижается мотивация достижения. Никому не интересно учить гаммы, если однажды не состоится концерт в Большом зале Консерватории – с овациями и цветами. Никто не будет выполнять монотонную работу по уборке комнаты, если не рассказать, как первый в мире космонавт помогал по хозяйству. Так с простых вещей начинаются великие судьбы. Но вначале были наивная мечта и вера родителей в особую звезду ребенка, их способность видеть первые ее проблески. Великие проекты, даже если они неосуществимы и слишком идеалистичны, вдохновляют на прорывы и достижения. Многие родители считают, что ребенка нужно готовить к трудностям, чтобы он не пасовал перед реальной жизнью. Разве сегодня можно подготовиться к жизни, которая слишком быстро меняется?

Правило № 128. Вдохновляйте ребенка на большое приключение, усиливая его идеальное Я, задавая масштаб великой судьбы.

9 МАЯ

Патриотизм как форма любви и преданности.

9 Мая – повод рассказать о тех членах семьи, которые погибли на фронте. Помимо патриотизма у пра-прадедушек были и личные мотивы сражаться против врага. Они очень любили свою семью и хотели, чтобы дети росли счастливыми и сильными. В этот день члены семьи собираются вместе, чтобы почтить память павших, едут на могилы, чтобы поклониться, рассматривают старые, пожелтевшие фотографии. А детям рассказывают семейные предания. Если ребенок понимает, что он принадлежит к большой семье, где ценят даже ушедших и каждый год благодарят их за возможность жить, он чувствует себя в окружении сильных и благородных людей. Он вырастет и станет таким же.

Правило № 129. Хотя бы один день в году родители должны посвятить тому, чтобы торжественно и трогательно передать детям семейные мифы.

10 МАЯ

Дети-актеры, дети-режиссеры и дети-сценаристы.

То, какие мотивы окажутся ведущими в жизни ребенка, хорошо видно в ролевой игре. Разыграйте сказку с детьми – и вы увидите, что одни дети пытаются организовать процесс и руководить им, другие расхватывают самые лучшие роли и активно тянут одеяло не себя, без конца повторяя любимые фразы, а третьи ведут себя довольно пассивно, как будто наблюдают со стороны, периодически подсказывая фразы и действия другим детям. Если прав Фрейд, что мы любим тех, кто удовлетворяет или наши нарциссические потребности, желание нравиться, быть любимым или потребности в защите, желание быть неуязвимым, то дети тянутся делать то, что либо их восхваляет, либо защищает от критики и разрушения. Дети-актеры удовлетворяют потребность в самолюбовании и самодемонстрации в настоящем. Дети-режиссеры воспроизводят прошлые миры, в которых все события уже состоялись и могут быть отражены в кино. Именно режиссеры интерпретируют события, и в этом смысле они неуязвимы. А дети-сценаристы придумывают десятки возможных миров. Какими бы ни были эти придуманные страны, сценарист предпочитает не быть их обитателем. Сценаристы живут будущим. Таким образом, уже в ролевой игре видно, что одни дети ориентированы на прошлое, другие – на настоящее, а третьи – на будущее. Только те, кто живет здесь и сейчас, по-настоящему уязвимы, но, видимо, это единственный способ удовлетворить жажду любви.

Правило № 130. Определите, к какой группе относится ваш ребенок («сценарист», «режиссер» или «актер»), чтобы понять, чего можно ожидать от него в перспективе.

11 МАЯ

Стать знаменитым, чтобы тебя все любили.

В советские времена акцент в воспитании был сделан на труде и уважении. Ребенку прививали мысль, что, если человек будет много трудиться или совершит подвиг как передовик производства, на его голову обрушатся все блага мира в виде почета и уважения. Общество не брало на себя обязательства

любить, оно обещало вознаградить по заслугам. Сегодня поменялась парадигма воспитания. Детей стали ориентировать на всеобщую любовь. Вместо «Я тебя люблю» мы говорим безразмерное «Все тебя любят!» (точно так же «Все тебя ненавидят»). Тоталитаризм любви проявляется в том, что она проникает и заменяет все разнообразие отношений – дружбу, сотрудничество, сочувствие, солидарность. Могут ли все любить всех? Какова тогда роль наших близких? Любить нас чаще, чем другие? Готовы ли мы гарантировать своим детям всемирную и вечную любовь? Вот они и мечтают стать знаменитыми на весь мир, чтобы быть всеобщими любимцами. Сверхценность всеобщей любви может привести к умалению настоящей, очень личной истории любви. Может сложиться ситуация, когда человека любят все, но никто конкретно. Любовь – это обязательство заботиться, ничего идиллического, все очень конкретно и осязаемо. Вспомните, что вы говорите ребенку о любви? Касаетесь, обнимаете ли вы его в это время? Есть ли у вашей любви телесное воплощение? Или вы призываете его искать любовь у людей, к которым даже нельзя прикоснуться?

Правило № 131. Любить по-настоящему можно только тех, к кому можно прикоснуться. Любовь на расстоянии – это суррогат. Суррогатная любовь никогда не развивается в хорошие отношения.

12 МАЯ

Как Дед Мороз становится полицейским.

Дети выбирают профессии по аналогии с родителями, дядями и тетями, которым, как они считают, повезло. Поскольку ребенок не знает секретов получения профессии и не догадывается о цене, которую мы платим за ее выбор, все взрослые для них делятся на обыкновенных и тех, кому повезло. Они легко соглашаются стать теми, кого любят, ждут и кем гордятся, например Дедом Морозом, мусорщиком или бравым пожарным. Действительно, какая разница, кем быть, если без тебя не могут жить? В этом и состоит детский прагматизм при выборе профессии. Это потом их учат выбирать специальность по зарплате, убеждая, что любовь приходит и уходит, а кушать хочется всегда. И тогда бывший Дед Мороз начинает мечтать о том, чтобы стать зубным врачом или гаишником, то есть тем, кого все боятся или ненавидят.

Правило № 132. Спросите своего ребенка, кем он хочет стать, и поймете, что вы успели ему передать – жажду любви или стремление к власти и

доминированию.

13 МАЯ

Кто на свете всех несчастнее?

В детской картине мира нет людей несчастных, кроме них самих. Происходит так из-за детского эгоцентризма.

Для ребенка он и есть центр Вселенной. Если мы не будем рассказывать ему о проблемах, боли, несчастьях других людей, если не будем вместе помогать другим, он вырастет эмоционально холодным, равнодушным. Вырастая, некоторые взрослые так и продолжают видеть только свои неприятности, с которыми не могут сравниться никакие несчастья мира. Спросите ребенка, знает ли он по-настоящему несчастных людей из тех, с кем ему приходится лично общаться. Можно ли им помочь? Обязательно должны быть способы поддержать другого хотя бы словом. Фразы «Давай я тебе помогу!» и «Я была (был) бы рада (рад) тебе помочь» должны быть в активной лексике ребенка. Так он почувствует себя включенным в настоящую драму жизни во всем ее многоцветье и полноте.

Правило № 133. Рассказывая детям о несчастьях других людей, мы включаем его в более полные отношения с миром.

14 МАЯ

Чего на самом деле боятся дети?

Дети боятся темноты, потому что они слабы. Дети боятся темноты, если хотят, чтобы мама была с ними не только днем, но и ночью. Дети боятся темноты, если они остаются одни. Сто раз нужно пройти через опыт темной комнаты, чтобы острота страха притупилась и он перестал быть мучительным. Страхами нужно манипулировать, вступать с ними в контакт и приручать разными способами. Самый непродуктивный способ – каждый раз прятаться под одеяло или прижиматься к маме. Так навсегда может произойти застревание на ужасе перед чем-то неизведанным, темным, пугающим на всю жизнь. Детский ночной страх – хорошая метафора ужаса взрослых перед темной стороной жизни. Тысячи людей избегают даже думать о неприятностях и опасностях, которые объективно сопровождают нас всю жизнь. Больше всего им подходит философия позитивизации с ее лозунгом «Думай о хорошем!». Они любят праздники и хотели бы, чтобы жизнь была сплошным праздником. Но опыт показывает, что настоящие трагедии происходят именно в жизни людей, не

готовых к испытаниям. Они годами не замечают ни своих собственных проблем, ни проблем своих близких. Никогда они не готовы решать эти проблемы, биться за справедливость, настаивать на своем, спасать товарища. Страх темноты – это страх за себя, а не за другого. Их первый порыв – бежать или спрятаться. Фантазия этих людей неумно находит оправдания и объяснения своему малодушию. Если ваш ребенок до сих пор боится темноты, меняйте тактику, например скажите, что вы тоже боитесь темноты и вас нужно утешить и спасти. Пусть ребенок каждый вечер укладывает и утешает вас, тренирует навыки заботы.

Правило № 134. Не водите ребенка только по светлой стороне жизни. Иначе он вырастет и будет впадать в ужас перед малейшими трудностями.

15 МАЯ

Любовные истории начинаются в детстве и не заканчиваются никогда.

Романтические сюжеты усваиваются в детстве. Дети пытаются заглянуть в будущее и выбирают себе прототипы из тех, кто рядом. Они хотят походить на красивых ведущих, актеров, дядь и тетей вокруг. В это время ребенок может впервые «влюбиться», выбрать себе в спутники сверстника, который покажется особо красивым. Чем более развито воображение ребенка, тем более фантастические сюжеты открываются перед ним. Иногда дети даже играют в свадьбу – наряжаются, инсценируют бракосочетание и даже целуются. Из этого периода первых любовных похождений во сне или наяву вырастут настоящие любовные истории. Любовные предпочтения формируются в дошкольном возрасте, а не в подростковом, как ошибочно думают взрослые, у которых детские воспоминания вытеснены.

Правило № 135. Любовные предпочтения формируются в дошкольном возрасте. Относитесь серьезно к детскому интересу к взаимоотношениям между мужчиной и женщиной.

16 МАЯ

Любовь – это когда интересно играть: история Кая и Герды.

Сказки – самый лучший повод поговорить с ребенком об отношениях. В них даны все архетипические сценарии

взаимоотношений, с которыми ребенок встретится в жизни. Персонажи любят по-разному. И нет единственной версии любви. Любит ли Лиса Колобка? Любит, но на свой манер. Кто-то любит съесть любимого, а кто-то готов петь своей возлюбленной песни и читать стихи, как Пьеро. Любовь Пьеро – пример романтизма. Романтик видит в другом только самые лучшие, иногда отсутствующие черты. Романтик признается в любви, даже не присмотревшись. Он любит всех без разбору, очаровываясь и красотой, и добротой. Например, Кай из «Снежной королевы» не увидел большой разницы между Гердой и королевой и поплатился за это. Только потом он стал скучать по Герде, потому что с ней было хорошо. Мы верим в любовь, когда двое держат друг друга за руки, а их глаза сияют от удовольствия.

Правило № 136. Любовь – это когда двоим хорошо и весело, когда интересно играть и фантазировать.

17 МАЯ

Любовь – это преданность: история Красавицы и Чудовища.

Совместная игра – не единственный способ проявить любовь. Иногда персонажи страдают. Им плохо друг без друга. Может, им не так весело играть, как Каю и Герде, но еще тяжелее, когда обстоятельства разделяют их надолго. Так, Чудовище мучается без Красавицы и готово умереть, если она уйдет. А Красавица не сможет жить и быть счастливой, думая о том, что именно она стала причиной гибели Чудовища. Перспектива вечного чувства вины удерживает ее возле существа, которое не очень ей подходит. Но что делать? Союз Красавицы и Чудовища – пример взаимного фанатизма. Если Кай и Герда – сущие дети, у них много фантастических представлений, а жизнь для них игра и приключение, то Красавица и Чудовище – это два мудрых человека, которые смиряются с тем, что все разнообразие жизни у них уже позади; жизнь можно принести в жертву ради другого человека. Любовь для них – это вечная привязанность и преданность.

Правило № 137. Любить – значит быть все время рядом.

18 МАЯ

Любить – это принимать другого таким, какой он есть: история Ивана-царевича и Царевны-лягушки.

Но не всегда отношения в паре бывают такими тяжелыми и не всегда смерть – альтернатива любви. Люди иногда принимают другого таким, какой он есть, и живут с ним, испытывая если и не возвышенную любовь, то чувство глубокого удовлетворения. Велел отец Ивану-царевичу пустить стрелу наугад и жениться на той, кто стрелу поймает, вот он и выполнил отцовский наказ честно, без мук совести и сопротивления рассудка. А Царевна-лягушка сидела в своем болоте, грела спинку и присматривала себе кого-то позеленее и пообтекаемее, чем Иван-царевич, не о таком мечтала. Да вот позвал этот – и пошла за него спокойно и покорно. Таких реалистов судьба вознаградила. Прошло не так уж много времени – и они сблизились, стали ровней, потому что лягушка обернулась-таки царевной. Так и в жизни: сходятся, кажется, разные люди, трудятся, живут, детей растят, а потом глядь – между ними любовь родилась, и стали они выглядеть счастливыми. А счастливые люди очень друг на друга похожи, как брат и сестра. Получается, что то, с чего у одних любовь начинается, как у Кая и Герды, у других случается позже, когда они сроднятся.

Правило № 138. Любовь – это чувство близости и родства, которое всегда приходит к тем, кто живет и работает вместе.

19 МАЯ

Любовь реалиста и фанатика: любовь Русалочки к Принцу.

Не всегда бывает любовь ответной. Например, Русалочка полюбила Принца навсегда. Только ему готова была отдать жизнь и красоту. Но Принц не понимал, как ему жить с девушкой-рыбой, и, будучи человеком добрым, решил предложить ей дружбу. Будь Русалочка Царевной-лягушкой, она приняла бы такой выбор без слов, но Лягушка была реалисткой, а Русалочка хотела от принца вечной преданности, как у Красавицы и Чудовища. Ну и ничего у них не получилось.

Правило № 139. Нельзя требовать от любимого человека того, что он не может дать. Иногда лучше подождать или пойти на компромисс. Или попробовать полюбить кого-то более подходящего.

20 МАЯ

Любовь реалиста и романтика: страсти Пьеро и прагматизм Мальвины.

Эта парочка тоже «не складывается» в гармоничный союз. Пьеро готов воспевать красоту Мальвины, она и правда хороша. Но Мальвине очень скучно слушать то, что она и так знает. Романтик Пьеро раздражает прагматичную Мальвину еще и потому, что ничего не может предложить ей, кроме слов и романтических жестов. Буратино и тот интереснее, развернул такой экшн, движуху, а в конце своих приключений заполучил золотой ключик. А ведь тоже романтик по натуре.

Правило № 140. Нельзя завоевать любовь только словами и песнями. Лучше доказать ее делами и поступками – как много ты можешь сделать ради любимого человека.

21 МАЯ

Любовь фанатика и романтика: Кай в плену у Снежной королевы.

К этой сказке стоит вернуться, потому что в ней очень точно показана судьба союза двух людей, один из которых романтик, ищущий приключений, а другой расставил ловушки, чтобы заманить в чертог вечной мерзлоты (а не любви!) кого угодно. Поскольку и фанатик, и романтик увлечены идеями и принципами, а не поиском конкретного человека, вначале они могут не заметить, с кем связались. Личные качества избранника их не очень волнуют. Для романтика важны оригинальность, новизна, необычность, любовь для него всего лишь приключение, чтобы узнать что-то новенькое. Для фанатика важно, чтобы избранник никогда не ушел, о чем Снежная королева и побеспокоилась, а любить можно и принудительно. Ничего у нее не получилось. Как только изоляция была прервана, Кай сбежал, можно сказать, при первом удобном случае.

Правило № 141. Нельзя заставить полюбить насильно.

22 МАЯ

Сценарий истории любви можно переписать.

Не все истории любви заканчиваются счастливо. Но можно попытаться переписать историю так, чтобы все были довольны. Во-первых, персонажи могут прийти к выводу, что их удел – не любовь, а дружба. Свадьбы не будет, но будет много других интересных приключений. Во-вторых, один из героев может

решить, что самая большая любовь еще впереди. В-третьих, они могут уже в следующей сказке встретить своих настоящих возлюбленных, и все будут рады и счастливы. А может, все бросят выяснять отношения и пойдут помогать деду с бабушкой тянуть репку или искать колобка. Есть много других интересных занятий в жизни кроме любви и свадеб.

Правило № 142. Жизнь больше любви, хотя любовь – самая интригующая сторона жизни.

23 МАЯ

Посмотрите вместе сказку о любви. Это может быть романтическая комедия времен вашей юности.

Есть такой жанр в кино, который целиком строится на сказочных сюжетах. Все знаменитые романтические комедии – это сказки для взрослых: «Ирония судьбы», «Я шагаю по Москве», «Амели», «Любовь-морковь», «Неспящие в Сиэтле»... Этот жанр выхватывает самый первый романтический период в развитии любовных отношений, когда взрослые люди под воздействием волшебной силы чувств превращаются в счастливых детей. Неслучайно актеры, которые играют в романтических комедиях, так инфантильны, очаровательны, непосредственны и забавны. Их прототипами были дети, а играть детей по плечу только актерам экстра-класса. Посмотреть эти фильмы стоит уже потому, что большинство из них содержит множество детских визуальных ассоциаций, сюжеты и реплики просты и однозначны. В романтических комедиях нет сексуальных сцен.

Правило № 143. Дети верят, что герои любят друг друга, если они не могут друг на друга наглядеться и не хотят расставаться, а расставшись, снова стремятся увидеться. Так малыши любят родителей, рядом с которыми им хорошо и по которым они очень скучают.

24 МАЯ

Откуда все-таки берутся дети?

Мифы о происхождении детей, про аиста и капусту, – это стыдливая отговорка родителей, чтобы не посвящать ребенка в тайны эротической стороны взаимоотношений полов. Но детям дошкольного возраста эта часть жизни родителей неинтересна. Они, конечно, вежливо выслушают тех родителей, которые, краснея и заикаясь, начнут рассказывать что-то про пенис и вагину, но, скорее всего, останутся разочарованными. Есть только

один верный ответ на вопрос, отчего же все-таки появляются дети. От любви! Папа и мама встретились, полюбили друг друга и захотели, чтобы у них был или мальчик, похожий на папу, или девочка, похожая на маму. Словом, чем больше пап и мам, пусть маленьких, тем веселее и теплее на свете.

Правило № 144. Дети рождаются от любви.

25 МАЯ

Первая история большой любви у ребенка.

Расскажите и том, как появился малыш на свет, как вы его ждали, прислушивались к маминому животу и собирали для крохи игрушки. Ребенку важно узнать, что весь мир вокруг был наполнен предчувствием близкой встречи с чудом. Расскажите, как вы долго и с любовью рассматривали малыша, как бережно укладывали его спать, как радовались, когда он просыпался. Если вы до сих пор помните каждое мгновение того периода, значит, это было действительно важное событие в жизни семьи.

Правило № 145. Первая история большой и красивой любви в жизни ребенка предшествовала его рождению. Это была история любви папы и мамы.

26 МАЯ

Почему дети прикидываются маленькими?

Если ребенку не хватает внимания и тепла, а взрослые отмахиваются от него, ссылаясь на занятость, он чувствует, что его разлюбили. Есть несколько вариантов выхода из создавшегося положения. Один из них – мысленно вернуться в период младенчества, беспомощности, на которую родители реагировали немедленно. Ребенок вдруг начинает говорить с ошибками, мямлить и шепелявить, ложится и сучит ножками-ручками, нарочито плачет и хватается все не руками, а ротиком. Так он привлекает к себе внимание. Самое время напомнить ему: «Мы любим тебя не потому, что ты маленький, а потому, что ты – наш ребенок и будешь им всегда. Давай обнимемся?» Родители всегда будут любить своих детей, но не всегда пеленать и кормить с ложечки.

Правило № 146. Не забывайте сказать ребенку, что пока он вырастет, прибывает и любовь в сердце родителей.

27 МАЯ

Почему дети часто болеют?

Когда ребенок болеет, он получает повышенное внимание, кто-то из родителей остается дома, и все обеспокоены одним – как себя чувствует малыш. В это время все стремятся исполнить желания ребенка, разрешается есть разную вкуснятину, играть и смотреть телевизор дольше обычного. Дети обожают немножко заболеть.

Правило № 147. Дети любят болеть, потому что тогда у них появляются особые права и привилегии – на любовь.

28 МАЯ

Потребность в любви выражается как потребность в свободе.

Иногда ребенка стоит оставить дома просто так, чтобы дать отдохнуть, насытившись вниманием и заботой родителей. У ребенка могут не складываться отношения в группе или классе, он может испугаться теракта, увиденного по телевизору, он может скучать на занятиях, потому что там учат слишком простым вещам. Всякому взрослому знакома потребность в свободе, желание иногда все бросить и уехать куда-то. Или хотя бы сбросить туфли на высоких каблуках и пробежаться по траве. Это чувство свободы дано нам от природы. Когда ребенок еще находится в мамином животике, он свободно и плавно перемещается, не натываясь на грубые препятствия.

Правило № 148. Если вы найдете возможность оставить ребенка дома просто так, чтобы дать ему собраться с силами, отдохнуть, почитать любимую книжку, он поймет, что вы его понимаете и цените особенности его натуры. Этот день он не забудет никогда.

29 МАЯ

Кого и почему любят дети?

У детей есть несколько теорий справедливой любви, которые они пронесут через всю жизнь. Первая состоит в том, что любить нужно всех поровну, как делят поровну конфеты, торт или кашу. Вторая состоит в том, что любить нужно только за хорошие дела. Мы же говорим им: «Ты плохой, разбросал игрушки, я больше

тебя не люблю!» Третья теория предполагает, что любить нужно только одного, самого-самого ребенка, а других нужно отталкивать (когда мы говорим: «Я люблю тебя, ты же мой? А других пусть любят их мамы!»). Четвертая может звучать так: «Любят малышей, а ты уже большой. Больших детей воспитывают». То есть любят всех до поры до времени, а потом только командуют.

Правило № 149. Рассказывая, как мы любим ребенка, мы формируем у него глубинные установки на взаимоотношения в будущем.

30 МАЯ

Почему дети любят игрушки?

Игрушки делают пушистыми и мягкими, нежными и веселыми, чтобы прикосновение к ним напоминало тепло человеческих отношений. Если родителей нет рядом, то именно игрушке малыш может сообщить о том, как он ее любит. Игрушки заменяют родителей, когда с ними ложатся спать, разговаривают, играют. Повторяя слова и действия родителей по отношению к игрушкам, дети хотели бы вернуть родителей. Это похоже на действия шаманов, направленные на то, чтобы вызвать дух предков хотя бы ненадолго. У детей же, как и у первобытных народов, пралогическое мышление. Потребность в любви – фундаментальная человеческая потребность. Дети чувствуют это лучше родителей.

Правило № 150. Когда некого любить, когда рядом никого нет, дети любят кого попало. Они не могут жить без любви и привязанности.

31 МАЯ

Что такое детская обида?

Ребенок донимает вас уже который день просьбой купить ему понравившуюся игрушку. Как бы вы ни были поглощены материальными или психологическими проблемами, уделите внимание просьбе ребенка. Обида – это реакция слабого существа на невозможность что-то изменить. Когда дети вырастут и окрепнут, они выдадут агрессию, возвратят нам опыт унижительного отвержения важных для них выборов. А потом и вовсе хлопнут дверью, махнув рукой на нашу неспособность их услышать и понять. Повзрослев, мы сами выбираем себе одежду, еду, профессию, возлюбленных, место жительства. Вопрос только

в том, делаем мы это потому, что нам так хочется, или назло родителям, обиду которым мы так и не простили? Большинство из нас не могут забыть и простить своим родителям не того, что игрушка не была куплена, а того, что к нашему выбору отнеслись равнодушно. К сильным желаниям ребенка нужно относиться с особым вниманием, потому что они резонируют с глубокими личностными настройками.

Правило № 151. Отвергая потребности детей, мы травмируем само ядро формирующейся личности. Этот изъян будет сказываться всю жизнь.

Июнь. Тренинг дружелюбия



Прекрасно, когда все в семье любят друг друга, но по-настоящему любящие родители открыты не только по отношению к своим детям и друг другу. Как наладить мосты с окружением?

1 ИЮНЯ

Сколько любимых игрушек должно быть у ребенка?

Выбор игрушки – очень важное событие для развития будущей личности. Игры, игрушки – это прообраз будущего вашего ребенка. Игрушек должно быть столько, сколько и друзей.

Одна – самая любимая, 2–3 – важных, 3–5 – интересных. Любовь – это забота, а заботиться о десятках игрушек малышу не по силам. В идеале в текущий период жизни ребенка любимой должна быть единственная игрушка. Мы же хотим, чтобы наши дети вступали в особенные отношения? Остальные игрушки можно раздавать и дарить, ими можно обмениваться. Ведь источник детских радостей – не только и не столько родительский кошелек. Их источник – добрые желания и поступки других людей, в том числе сверстников.

Правило № 152. Каждый ребенок ищет свою единственную игрушку, как взрослые ищут единственного возлюбленного, но не всем это удается.

2 ИЮНЯ

Кто послужит примером вашему ребенку?

Дети многому учатся, просто наблюдая за взрослыми. Им интересно многое из того, что обсуждают взрослые, даже если это сложные и «недетские» темы. Нормы вежливости предполагают, что ребенок удалится в детскую, не будет мешать общаться и тем более не станет вступать в разговор. Но в 5–6 лет интерес к взрослым разговорам насколько велик, что дети подслушивают, отказываясь от игры или телевизора. Некоторые гости производят очень сильное впечатление на детей, так что потом это может определить стиль поведения, выбор профессии, биографию. Это может определить выбор брачного партнера. Оглядываясь назад, во вспышках воспоминаний мы видим яркие образы людей, с которыми нам повезло встретиться. Очарование их умом, способностями, эмоциональностью, обаянием, дружелюбием мы пронесли как эталон идеального человека. Вот один гость садится за рояль и играет – по-настоящему, свободно, красиво. Вот другой сообщает о своей поездке в Венецию – город на воде! А вот кто-то садится рядом, чтобы поиграть в детскую игру, общается по-взрослому, сдержанно, вежливо, но просто. Кто-то приносит в подарок книгу, кто-то – новую компьютерную игру!

Правило № 153. Приглашайте в гости интересных собеседников – проводников в другие миры.

3 ИЮНЯ

Осторожно, за вами слежка!

Из впечатлений о взрослых соткано детское предчувствие будущего, его масштаб, разнообразие, тональность. Пожалуйста, не забывайте об этом, когда приходите в дом, где есть дети. Простая встреча может оказаться судьбоносной для малыша. Если вы, конечно, верите, что можете производить сильное впечатление, будоражить детское воображение, возбуждать фантазии других. Дети очень многого ждут от взрослых. Давайте их не разочаровывать.

Правило № 154. Встречаясь с детьми своих друзей, помните, что они сравнивают вас со своими родителями и преисполнены самых радостных ожиданий.

4 ИЮНЯ

Зачем нужна социальная сеть?

Взаимопомощь и сострадание отличают человека от животных. Речь идет о солидарности в трудных ситуациях. Социальная сеть – это форма взаимной поддержки. Чтобы она функционировала, ее нужно расширять, обновлять и поддерживать. Если у вашей дочки накопилось десятка два кукол, то все-таки нужно хотя бы смахивать с них пыль или «приглашать» для коллективных игр. Есть много способов оживить контакт: поздравить с праздником, обратиться с пустячным вопросом, чтобы дать понять, как вы дорожите мнением своего «союзника», предложить вместе погулять или выпить чаю. Дети могут пригласить и малознакомых ребят для совместной игры или прогулки. Разумно поступают родители, которые посылают детей с просьбами к соседям или членам семьи. Прося помощи или оказывая ее, мы тренируем навыки солидарности, наращиваем личный ресурс. Он становится равным возможностям всей социальной сети.

Правило № 155. Учите ребенка формировать и поддерживать социальные сети.

5 ИЮНЯ

Как укреплять социальную сеть?

Если мы верно понимаем смысл социальной сети, то нам нужно внимательнее относиться к нашим «союзникам». Ведь и они рассчитывают на то, что самые лучшие их качества и достижения явятся миру. Точно так же стоит научить ребенка внимательно следить за достижениями своих друзей, хвалить их и поощрять: «Мне нравится, как ты нарисовал!», «Спасибо, что дал поиграть, ты добрый!», «Я заметила, что ты красиво танцуешь!» Так ребенок даст понять своему приятелю или подруге, что готов относиться серьезно к их действиям и желаниям.

Правило № 156. Ребенок должен понимать, что успех и достижения его товарища укрепляют и расширяют и его позицию и возможности.

6 ИЮНЯ

Как социальные сети поддерживают самооценку ребенка?

Смысл социальных сетей еще и в том, что они поддерживают

самооценку ребенка. Маленький семейный коллектив уже не может конкурировать по количеству контактов с детским садом, улицей, персонажами мультфильмов, первых компьютерных игр. Само по себе количество обеспечивает оптимум взаимодействия, к которому привыкает ребенок и чувствует себя довольным. Если ребенка, который привык играть в основном дома, поместить в шумную компанию, он растеряется и быстро устанет. Напротив, если ребенок привык общаться, несмотря на свой от природы тихий темперамент, он погрузится в депрессию, затоскует, стоит его оставить одного надолго. Общение требует такой же тренировки и поддержания формы, как физические упражнения. Положительные контакты по капле наполняют резервуар самооценки. Как воздушный шарик, она вырастает из вялого резинового лоскутка, становится округлой и внушительной. Сегодня уже очевидно, что даже если запереть ребенка в комнате, он начнет общаться с кем-то, кто ему интересен или дорог, как будто тот рядом, потому что в структуру его Я входят Я других людей, но только тех, кто готов его поддерживать, понимать, любить. Но и мы входим в структуру Я других людей. И это нас обязывает находить слова одобрения, восхищаться, утешать, подсказывать: «На твоём месте я бы поступил так...», «Мне нравится твой план!», «Не волнуйся, мы что-то придумаем!», «Мне так жаль, что ты заболел!», «Не стесняйся попросить о помощи!», «Все тобой гордятся!»

Правило № 157. Социальные сети поддерживают положительную самооценку своих участников.

7 ИЮНЯ

Как поздороваться со звездой?

Большинство людей по-прежнему испытывают перед звездами страх, трепет и панику, которые и лежат в основе коммуникативного барьера между ними и человеком более высокого статуса. Чего мы на самом деле боимся? Не понравиться звезде или шефу? Накликать на себя гнев всемогущего человека? Потерять свой единственный шанс, лишиться последней надежды на особую связь и судьбу? Ощутить панику от того, что мы не понравимся и нас отвергнут, публично поставят клеймо «безнадежный неудачник»? С 3 лет до 9, пока ребенок верит в Деда Мороза, мы можем отправлять письма воображаемым персонажам, среди которых живет и развивается ребенок. Ведь пишем мы записки под Новый год? Пишут наши дети Деду Морозу? В остальные дни это может быть Космический Волшебник, который живет среди звезд на летающем корабле, это

может быть электронный Волшебник из компьютера, который живет в Сети. Это может быть волшебная игрушка с магической способностью исполнять желания ребенка или хотя бы отвечать на его просьбы. Такой волшебный прием позволяет нам поддержать заветное желание ребенка иметь необычных и влиятельных друзей, привить ему навыки общения, способность обращаться с вопросами и за помощью, благодарить в ответ и т. д. А на втором этапе мы обеспечиваем им обратную связь, поддерживаем общение, учим их не теряться, точно формировать цель взаимодействия.

Правило № 158. Обязательно придумайте и проведите тренинг общения со звездой. Звезда – это обычный человек, разве что более одинокий. Звезды, как и дети, ждут необычных посланий и встречи.

8 ИЮНЯ

Навыки лидерства формируются в группах.

Не всех детей ждет индивидуальный успех. Сегодня быть успешным, вне команды, без поддержки и признания других людей практически невозможно. Поэтому *важно* научить ребенка элементарным навыкам солидарности, взаимопомощи, сотрудничества, работы в команде. Помимо игры простая работа по дому, когда все заняты общим делом – уборка, готовка, ремонт, – может послужить хорошим тренингом солидарности. Нужно только сообщать ребенку, насколько важна его помощь семье, отмечать его рвение и старательность.

А может, вашему ребенку придется возглавлять группы, стать формальным или неформальным лидером? И тогда ему помогут навыки консолидации. Как минимум он должен:

- знать цель совместной деятельности;
- знать структуру деятельности, из каких операций она состоит и в какой последовательности они должны исполняться;
- знать, кто будет участвовать в работе;
- оценивать возможности и интересы каждого участника совместной деятельности.

Лидерство в детстве не всегда носит такой конструктивный характер. Оно может проявиться только там, где собирается группа, и во многом зависит от настроений, царящих в группе.

Правило № 159. Учите ребенка распределять роли и обязанности. Это поможет ему быть лидером команды.

9 ИЮНЯ

Феномен детского лидерства.

Феномен детского лидерства еще мало изучен. Ясно только, что даже в детском саду некоторые дети оказывают большее влияние на группу в целом, чем воспитательница. В каком-то смысле маленький заводила – помеха для воспитательного процесса, и он становится объектом «репрессий» со стороны взрослых. Лидерство – это синтетический талант, который нужно не пропустить. Как правило, лидер – это ребенок с сильным темпераментом, хорошей эмпатией, чутьем к запросам других, их интегратор, инициатор коллективных игр. Со временем может сформироваться сознательная ответственность за свои инициативы, иначе это будет не лидерство, а подстрекательство. Лидер – природный комбинатор возможностей малых групп. Он повышает на порядок возможности группы. Это не тот ребенок, который делает что-то лучше других, знает больше стихов или уже умеет считать до ста. Это тот, кто приложит усилия, чтобы все научились читать, потому что у него есть интересная книга. Это не рабочий, который кладет 105 кирпичей в час вместо 100 по нормативам, а тот, кто придумает сделать так, чтобы завтра все могли класть по 400 кирпичей.

Правило № 160. Ребенок-лидер ведет за собой группу, но мешает взрослому управлять детьми.

10 ИЮНЯ

Кому мешает лидер?

Несмотря на очарование лидерством, которое поддерживается корпоративной культурой, с самого детства вся среда мешает реализовывать особый потенциал настоящих природных лидеров, отбивает у них охоту выделяться и возглавлять малые группы. Малая группа – ближайшее окружение ребенка, через которое он и реализует свои запросы. Статистика показывает, что только 20 процентов детей обладают лидерским потенциалом, а становятся реальными лидерами только 5 процентов, то есть каждый четвертый одаренный ребенок. Самая большая схватка может развернуться между ребенком-лидером и родителем, черты которого он унаследовал. Борьба за лидерство проявляется в конфликтах, наказаниях, серьезных разговорах. Это точно те дети, которых нужно водить в детский сад, «окунать» в гущу событий. Трудность воспитания такого ребенка заключается в том, что он очень энергичен, неутомим, а коллективные занятия его очень вдохновляют! Вам станет легче, если вы отдадите инициативу растущему лидеру, позволите ему

немного «покомандовать» дома, лишний раз спросите: «А как ты думаешь?» или пригласите «порулить»: «Мы тут без тебя не справляемся...»

Правило № 161. К маленькому лидеру стоит относиться с пониманием, не угнетать его замечательную природу, помогать организовывать игры.

11 ИЮНЯ

Окружайте детей успешными людьми.

Успех – это постоянный процесс освоения мира и открытия новых возможностей для себя и других. По-настоящему выдающимися и признанными являются люди, которые расширяют горизонты не только для себя, но и для других. Известный путешественник, популярный журналист, заправский кулинар, эрудированный гид, талантливый учитель, опытный доктор, внимательный продавец – успешные люди озаряют нашу жизнь новыми надеждами. Успешные люди посланы нам как предвестники наших собственных успехов. Им не нужно завидовать – у них нужно учиться.

Правило № 162. Общайтесь с успешными людьми, они будут мотивировать вашего ребенка на успех.

12 ИЮНЯ

С кем может сравниться ваш несравненный ребенок?

Дети не любят, когда их сравнивают с другими детьми. Они предпочитают, и по праву, жить с чувством своей исключительности. Сравнение с другими детьми они рассматривают как грубое отвержение, снижение своего психологического статуса и очень болезненно переживают такого рода ситуации.

Объективно мы сравниваем своего ребенка с другими. Сравнение – способ познания и оценки событий, людей, вещей. Если уж вы решили поощрить ребенка, *лучше сравнивать его с любимцами, авторитетами, знаменитостями или кумирами.* «Кажется, ты будешь сильным, как Шварценеггер!», «Так ловко получалось только у твоего дедушки!», «Такие красивые волосы только у одной голливудской дивы!»

Правило № 163. Сравнивайте ребенка только с успешными персонажами.

13 ИЮНЯ

Распределение ролей в сказке и в жизни.

Иногда работа, которую собирается выполнить ребенок, требует участия нескольких человек. Даже за самыми простыми действиями скрываются роли. Роль – это ситуативное Я, то, кем ребенок себя чувствует и воображает в ситуации взаимодействия, игры. Роли начинают осознаваться по мере того, как ребенок пробует их исполнять, выбирает сам, называет, готовится к их исполнению: переодевается, надевает маску или вооружается важными для роли символами. Ролевая игра выводит на первый план сложную систему отношений между участниками любого взаимодействия. Даже если вы не разыгрываете сказку с ребенком, а просто планируете вместе приготовить блюдо или сложить игрушки в комнате, стоит включить фантазию и срежиссировать взаимодействие, обозначив позиции всех участников взаимодействия: «Ты – мой Помощник, а я – Мастер Уборки. А хочешь, ты будешь Мастером Уборки? Мастер Уборки знает свое дело: у него в голове есть план, как все должно быть расположено. А ты знаешь, куда и как все сложить? Тогда я буду Помощником, буду делать то, что ты попросишь!» или «Ты будешь Главным Коком, станешь выбирать, какое блюдо готовить, что для этого нужно, как его готовить, а я – Поваренком, буду все доставать – и на стол. Резать, мыть, складывать в кастрюльки! А мама – Фея, она нас будет вдохновлять, хвалить и подсказывать!»

Правило № 164. Перед началом сложной работы называйте роли, которые будут играть все участники взаимодействия.

14 ИЮНЯ

Три уровня исполнения роли.

Для успешной деятельности требуются три уровня исполнения роли – личностный (игра от себя, своего Я), режиссерский (от имени организатора игры) и актерский (от лица персонажа). На личностном уровне проявляются надситуативные детские желания, предпочтения, способности. Они – основа любого взаимодействия ребенка. Например, ребенок не любит играть «плохих персонажей» или для игры предпочтет конструктор, а не кубики, которые вы ему предлагаете. На режиссерском уровне проявляются его воображение, волевые задатки, сюжетное мышление, гибкость. Это самый сложный и важный уровень любой деятельности. Какими бы общими способностями ни обладал ребенок, он не сможет быть успешным,

если не сумеет организовать свою активность. Этот уровень наиболее труден и до 6–7 лет, пока не сформируются произвольное внимание и память, требует прямого участия взрослого. На ролевом уровне расширяется репертуар социальных навыков, ребенок пробует разные приемы общения, разные интонации, учится произносить слова и реплики, отвечать на реплики других детей или взрослых участников взаимодействия. Исполнение ролей основано на имитации поведения других людей.

Правило № 165. Ребенку нужно исполнять свою роль на трех уровнях – личностном (от своего имени), режиссерском (как организатор игры) и актерском (от имени персонажа или исполнителя определенной функции во взаимодействии).

15 ИЮНЯ

Пропандируйте сотрудничество и совместный труд.

Слова «труд» и «работа» стали анахронизмами. Они обозначают систематические усилия, напряжение, неизбежную усталость и внешнюю мотивацию («так надо»). Свою задачу родители часто видят в том, чтобы «заставить трудиться», а дети – чтобы «отмазаться», симитировать деятельность без особого напряжения. Точно так потом они поступают, когда вырастают, а начальник требует мобилизации и усердия. Кодекс трудолюбивого человека включает принципы, которые выражаются в характерных сентенциях, пословицах и поговорках. Они прямо противоположны бытовому пофигизму, кодексу бездельников и тунеядцев – «Без труда не выловишь и рыбку из пруда», «Волка ноги кормят», «Дружба любит дело», «Друзьями хвались, но и сам в хвосте не плетись», «Дружба заботой да подмогой крепка» и т. д.

Правило № 166. Используйте пословицы и поговорки, чтобы напоминать детям о важных ценностях – дружбе, сотрудничестве, труде.

16 ИЮНЯ

Когда ребенку заводить друзей?

Ученые установили, что каждому из нас нужна своя мера активного взаимодействия с миром. Не всегда ситуация, когда ребенок играет один, – повод для родительского беспокойства и психологических заключений. Есть ли интерес и потребность в

общении у вашего ребенка, становится видно, когда на площадке играют его сверстники. Если каждый возится сам по себе, то и ребенок будет играть «рядом», но не «вместе». Именно так играют дети 3–4 лет. Психологи выделяют период «детского аутизма», потому что ребенок не пытается согласовать свою игру с другими детьми. Особенно настораживает то, что он разговаривает сам с собой, а сама речь обрывочна, непонятна, непоследовательна. При этом ребенок может выглядеть спокойным и сосредоточенным настолько, что даже не реагирует на реплики родителей. На следующем этапе дети начинают делить игрушки и территорию, договариваются о том, во что играть. Но общение может проходить с конфликтами и даже проявлением агрессии. Если ролевая игра возникает непроизвольно, по инициативе одного из детей, она развивается стихийно, дети перебивают друг друга, «играют» по очереди. Кому-то удастся стать «главным» режиссером и исполнителем, а кто-то предпочитает наблюдать со стороны.

Правило № 167. До 4 лет дети не могут установить долговременные контакты со сверстниками. Они взаимодействуют в пределах собственных ситуативных интересов.

17 ИЮНЯ

Все ли дети общаются одинаково?

По мере подготовки к школе и во время начального обучения важным уже оказывается не только потенциал общения, но и показатели обучения. То, умеет ли ребенок читать, писать, пересказывать, определяет его положение в группе, интерес к нему со стороны одноклассников, его авторитет у учителей. Дети с низкими достижениями редко становятся лидерами. Но на обочине остаются и дети-вундеркинды: им скучно выполнять слишком простые задания – для «малышей». Со временем нарастает избирательность в общении ребенка. Он может конфликтовать с братом или сестрой, отказываться играть с бабушкой, но с удовольствием несется во двор играть с чужими. С 9 до 11 лет начинается так называемый «монашеский период» – когда мальчики и девочки играют отдельно и всячески демонстрируют свое пренебрежение к сверстникам другого пола. Случаи настоящего аутизма, психологического статуса, при котором общение затруднено по причине болезни или нарушения характера ребенка, редки. Чаще всего это несформированность навыков взаимодействия, то есть, попросту говоря, педагогическая запущенность.

Правило № 168. Потребности детей в общении и участии в групповом взаимодействии существенно варьируют. Есть дети, ориентированные на предметный мир, а есть те, для кого общение нужно как воздух.

18 ИЮНЯ

Кто сформировал у ребенка коммуникативный барьер?

Если жизнь семьи сопровождается систематическими вспышками агрессии и гнева, то, пытаясь приспособиться к ситуации, жена и дети стараются вести себя тише воды, ниже травы. Отец с таким темпераментом может быть абсолютно приличным человеком, успешным бизнесменом, капитаном в отставке, хирургом. Но с психологической точки зрения он репрессирует, подавляет других. Ребенок в такой дисгармоничной среде с неожиданными всплесками эмоций начинает воспринимать любое взаимодействие как проблему. У него сформировался барьер в общении, в основании которого – страх взаимодействия. Самое лучшее, как чувствуют дети, вообще ничего не делать, сидеть тихо в углу. Бесполезно у пятилетнего ребенка выпрашивать причины, но можно сесть рядом с ним и предложить игру. Психолог быстро обнаружит дефициты внимания в семье, попросив нарисовать семью. Неблагоприятная среда общения в семье может послужить настоящей причиной самоизоляции ребенка. Можно попросить кого-то из детей взять под опеку «изгоя», пригласить играть, ходить парой на прогулку. Ну а с дразнилками совсем просто: поиграйте в ассоциации, предложите группе для каждого ребенка придумать «название» и объяснить его. Тогда все снова окажутся в равном положении.

Правило № 169. Наказывая ребенка за проявление инициативы и избыточную активность, родители формируют у него барьеры в общении, установку на пассивное поведение, роль только наблюдателя, а не участника событий.

19 ИЮНЯ

В чем главная причина детского одиночества?

Основная причина детского одиночества в группе сверстников – это несформированность у ребенка навыков общения. Мы понимаем, что для того, чтобы ребенок научился читать и писать, требуется систематическая тренировка, и не догадываемся, что и для общения нужны упражнения и опыт. Первые взаимодействия целиком организуются родителями. Если

в гости к вашему ребенку никогда не приходят другие дети, он будет испытывать напряжение и даже тревогу, когда столкнется с детьми в группе или классе. Если вы неохотно встречаете своих гостей, испытываете смущение и даже агрессию, когда заходят соседи или нагрянут родственники, не удивляйтесь, что именно этот тип реакции «срисует» ребенок.

Правило № 170. Ребенка нужно учить общаться, как учат читать, считать, писать.

20 ИЮНЯ

Единым фронтом.

Воспитатели сталкиваются с большим количеством конфликтов в группах, потому что несформированность навыков совместной игры и разрешения конфликтов – это проблема большей части группы. Родители могут считать, что это забота воспитателя – научить детей общаться и играть. При критическом отношении к педагогу, когда родители сами не настроены на кооперацию, трудно прививать культуру взаимодействия детям. Они могут упрямо отказываться играть с кем-то из других детей: «Он – плохой! Мама не разрешает играть с плохими детьми!» Если стиль воспитания в семье непоследовательный – родители то сжимают детей в объятиях, то грозят их сдать в детский дом, – ребенок растет неуверенным и тревожным. Ему трудно понять, насколько дружелюбно относятся к нему другие, он пытается угадать их настроение. И решается играть только тогда, когда его активно приглашают к общению.

Правило № 171. Не нужно рассчитывать на то, что в детском саду ребенок автоматически научится общаться с другими детьми. Качество общения определяется отношениями в семье.

21 ИЮНЯ

Темперамент и общение.

В зависимости от темперамента дети «выдерживают» разные нагрузки в общении. Дети-сангвиники живут общением, это их стихия. Холерики отличаются неуравновешенностью, могут легко вступать в игру, но так же легко ломать взаимодействие. Флегматики любят делать что-то монотонное, им не нравится носиться по улице, впутываться в рискованные истории. Меланхолики – художники в душе, для них важно быть понятым и одобренным кем-то одним – другом, мамой, папой. Коллективные

игры не для них. Но зависимость между уровнем общения и темпераментом не фатальна. Любой ребенок может научиться поддерживать оптимальный уровень общения.

Правило № 172. Элементарным навыкам общения можно научить любого ребенка.

22 ИЮНЯ

Родительские программы.

Мы программируем детей на положение в обществе. Как мы обращаемся к детям в семье? «Ты опять грязный, как свинья!», «Ты посмотри, на кого похож!», «Сто раз говорила тебе, что...», «Таких у нас во дворе били!», «Повторяю для тупых...» Может ли ребенок с низкой самооценкой стать лидером? Даже если в группе дружеская атмосфера и отличные педагоги, ребенок будет сторониться, а при попытке вовлечь его в групповые игры может, как загнанный волчонок, проявлять агрессию.

Правило № 173. То, как мы обращаемся к ребенку, программирует его на положение в обществе.

23 ИЮНЯ

Кто становится изгоем?

У ребенка может быть физический недостаток или он может быть плохо (бедно, безвкусно, нелепо) одет. Тогда он рискует стать не только изгоем, но и объектом насмешек и гонения. Если у вашего ребенка есть реальная проблема, которая осложняет общение с другими детьми (болезнь, инвалидность, отставание в развитии, особенность внешности – полнота, кожные заболевания), нужно предупредить педагога и попросить помочь ребенку влиться в коллектив. Такой ребенок обязательно окажется в центре внимания, вызовет интерес. Как он будет отвечать на простой вопрос: «Что с тобой?» Варианты ответов: «Мне ничего не мешает играть. Я люблю играть со всеми!», «Этот секрет я обязательно расскажу моему другу. Со мной интересно дружить!», «Все дети особенные, я тоже!» Множество примеров показывает, как благодаря поддержке взрослых даже дети-инвалиды становились любимцами и звездами!

Правило № 174. Изгоями становятся дети с низкой самооценкой, у которых не сформированы навыки общения. Никакие особенности развития или внешности не являются окончательным приговором на одиночество

в группе.

24 ИЮНЯ

Установка на конструктивное решение конфликта.

Конфликт должен решаться как можно более локально. Консолидация с педагогом, выработка общей стратегии по включению ребенка в группу, как правило, помогают. Если педагог занял излишне критическую позицию и вы видите, что именно он стал причиной отчуждения вашего ребенка, стоит подумать о переводе в другую группу или класс. Такая процедура проводится в любом детском учреждении, но ею не удастся воспользоваться дважды. Иногда мы сами своими активными действиями усугубляем конфликт, вовлекая не только педагогов, но и родителей всего класса. Самое важное – дать право голоса самому ребенку. Мы не сможем всю жизнь сопровождать его в трудных ситуациях, но можем постепенно научить его тактикам поведения. Можно научить его игре, которая заинтересует всех, можно помочь сделать поделку, которая сразу добавит ему очков в глазах группы, можно научить рассказывать истории. Всегда есть способы повысить положительный интерес к своему ребенку.

Правило № 175. Если родитель взаимодействует с педагогом, ведет себя солидарно, уровень конфликтности отношений ребенка резко снижается. Если родитель ведет себя деструктивно, жизнь ребенка в группе может стать невыносимой.

25 ИЮНЯ

Как найти и поддержать изгоя?

Для выявления изгоев в группе педагоги или психологи проводят социометрию. Метод строится на том, как дети выбирают друг друга. С кем они хотят ходить в поход? Встречать день рождения? А с кем ни за что? Те, кого никто не выбирает, как будто их нет, попадают в зону профессионального интереса. Поинтересуйтесь у психологов результатами социометрии, чтобы узнать статус вашего ребенка в группе. Спросите, кто лидер в группе. Это поможет понять, какие качества являются популярными и желательными в группе. Чтобы поменять радикально положение ребенка в группе, педагог берет его под опеку: сидит рядом на занятиях, показывает ему и другим, как общаться, выступает «делегатом» ребенка-изгоя, перераспределяя ресурсы группы в его пользу. Со временем все привыкнут к новой роли бывшего изгоя. Изгои – это необязательные фигуры, это

показатель низкого уровня общения в группе.

Правило № 176. Какое бы место ни занимал ребенок в группе, его всегда можно изменить к лучшему.

26 ИЮНЯ

Дружить против взрослых.

Иногда родитель или педагог сам становится изгоем для детей, врагом, «набег» которого нужно терпеть до поры до времени. Не стоит указаниями прерывать увлеченную игру детей или выстраивать отношения только «сверху вниз», в директивном тоне. Дети думают, что вы это делаете назло, чтобы досадить им и что это не просьба, а скорее наказание. Ну и с каким энтузиазмом дети будут выполнять такие просьбы? Неохотно, понуро бредут они по «просьбе» родителей и делают все кое-как, чтобы побыстрее вернуться к любимому занятию. Между собой они могут обсуждать и осуждать взрослых.

Правило № 177. «Злой» взрослый, как злой волк в сказке, может произвольно послужить фактором сплоченности детской группы. Но это негативная сплоченность, дружба «против», а не позитивная дружба «за», когда группу объединяют общая цель и лидер.

27 ИЮНЯ

Как на собственном примере учить выживать и побеждать?

Самое большое искусство родителя – поделиться своим опытом. Такие истории начинаются словами: «Когда я был маленьким...» – и далее начистоту про то, как был разобран будильник, порезано мамино платье, отдан мамин шампунь в обмен на красивую пуговицу, сломан замок шкатулки, в которой оказались ненужные бумаги. Когда дети узнают, что их сильные родители когда-то были такими же слабыми, беспомощными и нелепыми, они успокаиваются. Их сердце наполняется уверенностью, что неудачи и приключения все равно закончатся хорошо. И они смеются вместе с нами. Это смех облегчения. Оберегая свой безусловный авторитет, мы напускаем на себя туман важности, недостижимости, всемогущества. Хочется верить, что так оно и есть. Это не просто поза, непроницаемая маска родительского величия. Это хороший способ запугать ребенка, подавить в нем всякое желание пробовать что-то рискованное в вашем присутствии и с вашей помощью. Лучше рассказать свою

историю преодоления или успеха. Так вы будете выглядеть более убедительно в глазах ребенка, а ваш авторитет вознесется до небес. Для детей герой не тот, кто родился сильным, а тот, кто родился слабым, но стал сильным. Можно использовать свой опыт в качестве примера удачного или неудачного решения проблемы. Главное, чтобы история заканчивалась хеппи-эндом.

Правило № 178. Не бойтесь потерять авторитет.
Бойтесь потерять контакт с ребенком!

28 ИЮНЯ

Каждый ребенок становится звездой группы хотя бы раз в год.

Учите ребенка переживать триумф. День рождения ребенка – лучший повод! Некоторые люди не любят свой день рождения. Они никогда не приглашают гостей, стараются уехать подальше. Болезненно и скептически относятся к дежурным поздравлениям, могут вернуть подарок... Внешнее объяснение состоит в том, что они не любят искусственных церемоний, деланного внимания, формальных пожеланий «здоровья, счастья и хорошего настроения». Вся эта изгородь из аргументов – глубокая психологическая защита выросших детей, чьи надежды были обмануты, а чувства отвергнуты. Смогут ли они пережить по-настоящему свой триумф? Или точно так же их сердце сожмется в неверии в свое счастье? Если человек психологически избегает триумфа, признания, ему не стать триумфатором. Психологический смысл дня рождения – формирование положительной идентичности ребенка, чувства его избранности. Или мы признаем все самое лучшее в своих детях, авансируем им свои надежды, вселяем уверенность в неизбежности победы, или мы уничтожаем в них все самое светлое, амбиции, идеалы, детские мечты. Или мы усиливаем, укрепляем «идеальное Я» ребенка, или мы ослабляем его. Третьего не дано.

Наша практика строгого воспитания приучает относиться к сильным положительным эмоциям как к чему-то избыточному и даже неприличному. Скромные дети никогда не вырастут лидерами, даже если природа наградила их невероятными способностями.

Правило № 179. У каждого ребенка должен быть опыт триумфатора хотя бы в день рождения.

29 ИЮНЯ

Формирование психологии победителя. Или неудачника?

Изо дня в день вольно или невольно мы формируем у ребенка психологию победителя, середнячка или неудачника. С победителем ясно – это тот, кто совершает прорывы, выдерживает риски. Это тот, кто ищет там, где еще никто не искал. Пионер, первопроходец, первооткрыватель. Здравый смысл подсказывает нам поступать именно так, как победители. Если бы не риски! Не всегда уверенность, напор, натиск оправдываются. «Можно потерять силы, время, деньги, и при этом не факт, что получится», – считают середнячки. Для середнячка важно не потерять уже приобретенное, консервировать достижения. Усилия тратятся на воспроизведение прежнего статуса, материального положения, репутации, связей. «Не нужно мне чужого, лишь бы своего никто не отнял!», «Тише едешь – дальше будешь!» – говорит середнячок. Он предпочтет усердием и трудом накапливать ресурсы, экономно и аккуратно их расходуя. Но есть еще и неудачники. Эти считают и середнячка слишком большим оптимистом. «Бесполезно стараться, все равно ничего не получится», «В конце концов что-то страшное случится!», «Мне не везет и не повезет никогда!» Если вы воспитываете победителя, то в вашем активе будут фразы вроде «Я не знаю как, но мы обязательно сделаем это!», «Я чувствую, что у нас получится!», «Давай рискнем! Кто не рискует, тот не летает в космос!», «Хочется попробовать чего-то новенького, а это мы уже умеем», «Попытка не пытка, а эксперимент!», «Если так пойдет дальше, нам грозит Нобелевская премия!».

Правило № 180. Выберите жизненную стратегию для себя и своего ребенка. Победитель? Среднячок? Неудачник? Стратегии проявляются в том, что мы говорим детям в минуты откровенных неудач или триумфальных побед.

30 ИЮНЯ

«Все хорошо» или «Надо что-то делать»?

Опыт преодоления конфликтов – лучшая основа для социального оптимизма, чем утешения вроде «Все будет хорошо!». Когда мы говорим ребенку, что все будет хорошо, он чаще всего воспринимает это как «Все будет хорошо по не зависящим от тебя обстоятельствам!», или «Все будет хорошо, мы побеспокоимся об этом сами!», или «Все будет хорошо, потому что ты замечательный! Лучше всех! Неприятности к таким не пристаю!». Лучше сказать: «Если ты предпримешь усилия, ситуация улучшится!», «Если немного подумать, можно исправить

положение!», «Давай сообразим, как тут поступить», «Хочешь, я помогу тебе? Как ты собираешься поступить?» Существенная разница между стратегией «Все будет хорошо!» и стратегией «Надо что-то делать!» в том, что ребенок не выключается из проблемы, наоборот, мы делаем запрос на его способности и усилия! Он становится центром своей Вселенной. Мы не отправляем его на скамейку запасных, посторонних наблюдателей, неудачников, на которых нельзя рассчитывать, мы не сажаем его под хрустальный колпак ничегоневедения. Мы становимся рядом и поощряем его исследовать мир самостоятельно или с нашей помощью. Но только не самоустраняться. Не уходить, не избегать любой непривычной ситуации.

Правило № 181. Конфликт лучше разрешать вместе с ребенком, а не брать на себя ответственность за его исход, отправляя ребенка на скамейку запасных. Еще хуже – не замечать конфликт, надеясь на то, что он как-то рассосется.

Июль. Тренинг эмоциональной сензитивности



Сензитивность – это чувствительность к переживаниям других людей. Если ваш ребенок научится сопереживать, становится на место другого, он будет не только хорошим другом, но и успешным членом команды.

1 ИЮЛЯ

Какие эмоции должен вызывать ребенок?

Логика некоторых родителей состоит в том, что ребенок должен вызывать только положительные эмоции, его нужно окружить теплом и заботой, а все неприятности познаются потом. Такова и наша национальная традиция. В случае ошибок или проблем родители выбирают тактику замалчивания или заговаривания зубов. Это хороший способ избежать решения проблемы самими родителями. На ребенка замалчивание, внешнее игнорирование производит впечатление равнодушия. Дети у таких родителей вырастут «пофигистами», научатся «выпадать в осадок», как только случится неприятность.

Правило № 182. Чтобы чувствовать себя включенным в жизнь, ребенок должен вызывать сильные эмоции у своих родителей.

2 ИЮЛЯ

Не вредны ли ребенку эмоциональные всплески?

Хорошие манеры предполагают сдержанность. Но

сдержанность – синоним холодности. Даже в среде английских аристократов популярны азартная охота на лис, футбол, скачки и посещение увеселительных заведений (закрытых клубов). В нашей национальной традиции свойственно проявлять сильные эмоции. Мы не только практикуем самые мощные амплитуды эмоциональных колебаний, но и выдерживаем самые длинные марафоны. То есть мы можем долго пребывать в эмоциональном напряжении. Взрослые сублимируют свою потребность в длительном и сильном напряжении в просмотр сериалов или спортивных соревнований. Детям остаются подвижные игры, чтение захватывающих книг. К сожалению, все чаще потребность в сильных проявлениях реализуется за монитором компьютера, а не в спортзале. Потребность в определенном рисунке переживаний определяется генетически и стимулируется принятыми в разных культурах практиками.

Правило № 183. Сами дети должны переживать незабываемые сильные эмоции и выражать их ярко и открыто.

3 ИЮЛЯ

Танцуют все! Но как?

Мы также недооцениваем роль свободного танца (произвольных движений под музыку) в гармонизации и спонтанном, естественном проявлении эмоций. Ошибочно считается, что танцы – это для девочек, а для мальчиков спорт. Но танцы под музыку или ритм барабана тренируют интуицию, поднимают общий уровень витальности (положительных, важных для жизни гормонов). Напомним, что языческие племена устраивали ритуальные танцы вокруг костров и тотемов. А детство – это «языческий» период в развитии человека.

Правило № 184. Ребенок должен иметь возможность проявлять дикие, инстинктивные, а не окультуренные эмоции.

4 ИЮЛЯ

Кто в семье нуждается в помощи?

Чтобы ребенок вырос равнодушным, он должен получать уроки заботы и вежливости. Объектом детской заботы могут быть игрушки, животные, другие дети. Но это можете быть и вы, дорогие родители.

Правило № 185. Почаще просите ребенка помочь вам. Не забудьте его поблагодарить и подчеркнуть, насколько это для вас важно!

5 ИЮЛЯ

Арт-терапия для души.

Детям и взрослым с любыми проблемами в эмоциональной сфере показана арт-терапия. Занятия традиционными видами искусства – рисованием, танцами, драмой, музыкой – гармонизируют внутреннюю жизнь человека. Иногда достаточно просто дать ребенку краски и альбом. А специалист, предлагая ребенку нарисовать что-то важное (например, дом, семью), получает возможность увидеть, в чем именно проблема ребенка. Например, маленькие дети панически боятся называть причины своих страхов, устрашающие их образы. Но зато они охотно их рисуют. Нарисовать «беду» – это уже частично вывести ее за пределы психики и снять напряжение, в котором ребенок может находиться долгие дни, недели, месяцы и даже годы. Негативная эмоция может парализовать внутреннюю жизнь ребенка. А рисунок – прекратить страдания.

Правило № 186. Искусство – это исторический архив методов гармонизации внутренней жизни человека, решения эмоциональных проблем. Это богатство нам предстоит передать нашим детям.

6 ИЮЛЯ

Как научить детей распознавать свои состояния?

Чтобы развивать эмоциональную сензитивность (чувствительность), нужно не только провоцировать детские переживания, но и учить детей делиться ими, рассказывать о своих опасениях, удивительных фактах. *Стоит четко обозначать ребенку свои собственные состояния:* «Я устал!», «Мне грустно!», «Это так смешно!» Учите ребенка распознавать эмоциональные состояния по фотографиям людей, портретам, мимике, жестам: «У него бегают глазки, он что-то скрывает!», «Да она даже не смотрит в нашу сторону, там что-то более интересное!», «Ой, похоже, они чем-то озадачены, сидят с раскрытыми ртами...» Поводом для интерпретаций могут быть мультфильмы, в которых герои, как правило, следуют своим чувствам и проявляют их открыто, как клоуны в цирке.

Правило № 187. Чтобы научить ребенка

распознавать свои эмоции, родителям следует при общении с детьми четко обозначать свои собственные переживания.

7 ИЮЛЯ

Снова читаем и смотрим сказки.

Чтение сказок и рассказывание историй счастливых и несчастных персонажей значительно развивает детскую эмоциональность. Дети пугаются и радуются вместе с героями, открывают вместе с ними другие страны, побеждают врагов. Мир вокруг ребенка полон приключений и опасностей. А до 8–9 лет дети верят, что все, о чем они слышат от родителей, происходит на самом деле.

Правило № 188. Читайте или рассказывайте сказки в лицах и с выражением, чтобы дети понимали, кто из героев хороший, а кто опасный, но хитрый. Давайте им прямые характеристики, не рассчитывая на сообразительность ребенка.

8 ИЮЛЯ

Нужно ли трясти ребенка, если он вяло реагирует на яркие стимулы?

Малыша нужно окружать разнообразными стимулами, создавать визуально и эмоционально насыщенную среду. Именно это делают родители, когда покупают разноцветные игрушки, показывают на прогулках листики, жучков, птичек. Уже в это время виден темперамент ребенка. Слабость желаний, инстинктов ребенка может быть связана с его темпераментом. К слабым типам нервной системы Иван Павлов относил меланхоликов и флегматиков. Внешне равнодушные, эти дети не лишены фантазий и желаний. Но, во-первых, они не готовы за них ввязываться в схватку, идти на открытую борьбу, во-вторых, их желания совсем из другой области, нежели желания холериков и сангвиников. Такие дети не очень экспрессивны, зато очень наблюдательны. Материальный мир и реальные отношения с детьми и взрослыми интересуют их меньше, чем идеи, образы, цифры, рисунки. Если предложить им выбор – поиграть во дворе с ребятами или пойти в зоопарк, – они предпочтут зоопарк. Потому что им очень интересно наблюдать за животными. Внешне активные дети ярче проявляют эмоции и желания и поэтому кажутся нам более живыми, включенными в жизнь. Но не стоит трясти и требовать такой же реактивности от «спокойных» детей.

Возможно, их внутренний мир более тонок и глубок.

Правило № 189. Рекомендуется окружать детей визуальными, слуховыми, тактильными стимулами, учитывая, что у каждого из них свой порог чувствительности и сила реакции.

9 ИЮЛЯ

Эффект Маугли.

Причиной равнодушия может быть и несформированность самих желаний, умения проявлять свои желания, сообщать о них другим. Желания детей не формируются стихийно, не даются им только от природы. Кто-то должен ребенку показать «желанные» предметы и научить их добывать. Эффект Маугли состоит в том, что дети растут, предоставленные сами себе, а в результате они умеют только то, что смогли симитировать, наблюдая за другими. Настоящие Маугли (дети, которые выросли в лесу среди животных) даже не научились ходить на двух ногах. Еще одним проявлением эффекта Маугли является эмоциональная бедность жизни ребенка, монотонность поведения, невыразительность мимики. Эффект Маугли более опасен, чем мы думаем. Им страдают дети, которые выросли в одиночку, в безопасных «вольерах» иногда весьма фешенебельных пентхаусов.

Правило № 190. Чтобы ребенок находился в эмоциональном контакте с миром, его нужно учить распознавать не только эмоции, но и свои желания.

10 ИЮЛЯ

Строгость родителя – инструмент подавления детских эмоций.

Причиной внешнего равнодушия может служить строгое обращение, когда эмоции и желания ребенка контролируются взрослым. Не понимая причин родительской агрессии или недовольства, ребенок старается вести себя тише воды, ниже травы. Он начинает бояться рассердить родителя, вызвать его гнев и быть наказанным. Строгое отношение к ребенку не должно быть самооценным.

Правило № 191. Когда мы гневаемся на ребенка, нужно точно назвать причину столь сильной реакции.

11 ИЮЛЯ

Чтобы чего-то хотелось, нужно, чтобы чего-то не хватало.

Пресыщенность, удовлетворенность всех детских фантазий приводит к другому виду равнодушия – апатии. Это самая распространенная сегодня причина детского равнодушия. Представления о счастливом детстве у нас черпаются из наших детских фантазий и классической литературы. Со времен «Детства» Льва Толстого в России развивалась очень сильная литературная традиция, согласно которой ребенок должен быть опекаем, расти в окружении нянек, родных, челяди, быть избалованным. И хотя «обломовщина» как следствие такого воспитания была осмеяна в том же XIX веке, после довольно аскетического советского детства тяга к обновлению привела на деле к восстановлению мелкопоместной отечественной традиции. Утомить и надоесть могут любые стимулы, даже самые приятные. Как правило, у девочек только одна кукла – любимая. Тот факт, что у нее появится еще десяток, ничего не должен поменять. Любят же не за то, что кукла новая, а потому что привязались и уже оставили у себя «жить» милую, добрую куклу. С ней уже столько раз играли, она – как старый друг, всегда под рукой... Психология потребления как раз подсказывает обратное: машины, квартиры, костюмы и т. п. нужно менять как можно чаще. И мы предлагаем эту модель поведения детям. Обращая внимание на вещи, мы меняем акценты. Объектом внимания становится не ребенок, а кукла. Исполняются не детские желания, а родительские. Априорно предполагается, что родитель лучше знает, что нужно ребенку, а ребенок, если он, конечно, хороший, правильный, благодарный, будет в ответ любить и слушаться родителей. Только на таких условиях родители готовы баловать ребенка. Но почему нас не устраивает положение вещей, при котором дети любят родителей просто так? Потому что мы и сами не готовы принять любого ребенка, а только «правильного».

Правило № 192. Чтобы мотивационная сфера ребенка развивалась, нужен разрыв между желаемым и реальным. Тогда ребенок будет напрягаться, тянуться, стремиться, искать то, чего не хватает...

12 ИЮЛЯ

Депрессия, апатия или холодность?

Потеря интереса к происходящему вокруг может быть результатом разлуки с близким человеком, у ребенка чаще всего с матерью. Мы видим, как дети грустят, скучают, отказываются есть, плохо спят, ждут, когда «она придет». Но скучать ребенок

может и по пропавшему котенку, по потерянной игрушке. Такое равнодушие к происходящему сродни депрессии. Вывести из этого состояния ребенка можно, вернув потерю реально или символически – через фантазирование, рисование, разговор о том, что ребенку так важно. Существенные прочные привязанности составляют ядро личности. К ним нельзя относиться со встречным равнодушием, как это делают некоторые родители: «Ай, не выдумывай! Лучше посмотри телевизор!»

Правило № 193. Разлука с родными людьми не только у ребенка, но и у взрослого приводит к потере существенных связей с миром и может стать причиной не только равнодушия, апатии, а настоящей депрессии.

13 ИЮЛЯ

Чьего ребенка вы воспитываете?

У активных родителей может родиться «не их», «чужой» ребенок – тихий, задумчивый, вялый, мечтательный. И дело даже не в том, что они его затуркали, не дают развиваться, стать такими же, как они. У него просто от рождения другой темперамент – он похож на дедушку, тетю, сам по себе такой... Родители могут беспокоиться, нет ли какого неврологического или даже психического заболевания? Если не паниковать, то можно наблюдать и специфический прогресс в развитии. Например, такие дети могут долго не говорить, не участвовать в играх старших детей. По их умным глазам видно, что они все понимают. Они ведут себя адекватно и играют по правилам. Но если их не спросить, то никакой инициативы с их стороны не последует. Сами они не будут стремиться поделиться своими впечатлениями. Их трудно чем-то заразить – смехом, игрой, песней. Такой ребенок обратит внимание, некоторое время понаблюдает, но потом, скорее всего, отойдет в сторону. Ему это неинтересно. Контраст в типе реагирования (не внешняя быстрая реакция, а внутренняя, медленная) осложняет жизнь в семье на одной волне, выбор времяпрепровождения. Ребенок постоянно обманывает ожидания родителей, разочаровывает их и «подводит». Родители часто сами реагируют как дети: «Я, конечно, хотел ребенка, но не такого!» Как будто ребенок – игрушка из магазина. Хотелось бы напомнить, что и ребенку трудно с родителями, которые его все время теребят. Самая большая мечта такого ребенка – чтобы родители оставили его в покое, ушли в гости или занялись чем-то своим. Как одни устают от спокойного созерцания, чтения, игры в шахматы, так другие устают от общения с людьми, спешки и громких звуков.

Правило № 194. Родители и дети могут контрастно реагировать на одни и те же стимулы. Это нарушает спонтанность общения и создает проблемы не только у родителей, но и у самих детей.

14 ИЮЛЯ

Как услышать ритм планеты?

Слушание стихов и музыки – прекрасный способ усвоить ритмы планеты и своей культуры. Стихи – образец для подражания. Дети любят повторять выражения или слова, которые им не совсем понятны. Они любят придумывать смешные слова типа «апечакуча», и вообще словотворчество им кажется очень веселым занятием. Попросите своего ребенка придумать имена куклам, названия улиц или городов на новой планете, да и название самой планеты. Усваивая или открывая новые словоформы, ребенок проникает в новые символические пространства. А прорывы всегда вдохновляют. Мы ведь тоже любим проникать в новые физические и символические пространства, хотя называется это очень культурно – пойти в гости, сходить на премьеру, слетать в командировку в город, где мы никогда прежде не были, прочитать интересную книгу, посмотреть новый фильм.

Правило № 195. Стихи – это двери в новые символические пространства.

15 ИЮЛЯ

Сколько стихов должен знать ребенок?

Количество выученных стихов тоже имеет значение. Те дети, которые читали десятки стихов уже в раннем детстве, понимают более сложные ассоциативные ряды. Слова и смыслы в стихах перекликаются, дразнят и озадачивают. Словесные конструкции в стихах более ритмичны и сложны, чем в обыденной речи. Одно предложение может состоять из четырех строк. Соответственно, и речь ребенка усложняется, становится более богатой и по словарному составу, и по разнообразию ритмов. Метафорический язык стихов весь построен на сравнениях и иносказательных образах. В стихах полно связок: «как», «как будто», «вроде»... Поиграйте с ребенком в сравнения, и вы услышите среди них поэтические образы! «Облако как белый кролик», «цветок как мамин пирог», «жук, как паровоз, пытит», «ложка, как лодка, болтается в супе»...

Правило № 196. Все дети пишут стихи, они поэты по своей натуре, но не все взрослые догадываются их выслушать.

16 ИЮЛЯ

Зачем читать стихи на публике?

Ребенок, который, встав на стульчик, читает стихи, как на сцене, в этот момент становится лучше, старается понравиться, чтобы получить признание, похвалу, аплодисменты. Это момент триумфа, те минуты славы, на которые имеют право все дети планеты. В эти минуты он понимает, что он – особенный ребенок. Он обмирает от предчувствия приближающихся возможностей. Его горизонты чрезвычайно расширяются, а шансы увеличиваются. Вот почему очень важно учить наизусть стихи, читать их вслух перед разными аудиториями. А не только для того, чтобы тренировать память! Ребенок, который с детства учится овладевать символическими, невидимыми, но значимыми мирами, имеет особый шанс на успех.

Правило № 197. Самая большая власть в мире – власть над умами, а не над деньгами.

17 ИЮЛЯ

Зачем нам нужны старые игрушки?

Игрушки выполняют роль насыщенных положительными воспоминаниями артефактов, символов, свидетельств детского счастья. В них концентрируется положительный опыт ребенка, поэтому обладание таким предметом усиливает идеальное Я ребенка. Ведь и мы не спешим расставаться с некоторыми старыми предметами, кандидатами в утиль. Старое кресло, в котором сидели все члены семьи, дорого, как намоленная икона, потому что в нем всем было уютно и хорошо. Старую чашку подарила любимая подруга, ее невозможно выбросить. Старое зеркало уже давно не вписывается в современный дизайн, но как-то трудно себе представить, что каждое утро придется смотреться в другое, новое, чужое, равнодушное.

Правило № 198. Старые игрушки – копилки счастливых впечатлений.

18 ИЮЛЯ

Обращайте внимание на желания и переживания детей.

Строгие родители являются эмоциональными репрессорами, если в своих указаниях игнорируют желания и переживания детей. «Мало ли чего ты хочешь!», «Я сказал, значит, так и будет!», «Меня не интересует, что ты думаешь!», «Не смей огрызаться!», «Ишь, чего захотел!» Знакомые реплики? В них отрицается всякая эмоциональная связь с ребенком, утверждается абсолютная власть. Дети слышат: «Ты мне никто. Я не люблю тебя и не собирался любить!» Самая глубокая связь ребенка с миром рушится. В ситуациях грубого отвержения мы перекрываем детям кислород – эмоциональное подтверждение того, что их Вселенная занесена на карту Жизни. Мы стираем их Я. «Ты – никто. Тебя нет. Я всегда смогу тебя уничтожить! Я сделаю с тобой все, что захочу!» Такие дети всю жизнь будут испытывать неуверенность в себе и проигрывать, даже если природа наградила их выдающимися способностями.

Правило № 199. Родительское поведение, построенное на частой или тотальной критике, зарождает в ребенке чувство базового недоверия к миру.

19 ИЮЛЯ

Обозначайте эмоции вслух!

Называя эмоции вслух, мы помогаем детям различать и управлять ими. «Я вижу, ты грустишь. Хочешь, почитаем?», «Это кто тут так весело смеется? Ну-ка, покажи!», «Я тебя понимаю: тебе немного страшно!», «Давай обнимемся, и ты мне расскажешь, что тебя расстроило!» Различать эмоции можно и на примере персонажей сказок, героев любимых мультфильмов. Если мы, объясняя поведение других, будем обозначать их чувства и эмоциональные реакции, дети поймут, что эмоции играют большую роль в жизни всех живых существ, научатся предсказывать поведение, оценивая выражение лиц, тембр голоса, характер жестикуляции. «Посмотри, какой он злой: брови сдвинуты, зубы стиснуты, кулаки сжаты!», «А этот испугался: хвостик дрожит, еле говорит, оглядывается, куда бы ему сбежать!», «Веселый человек – рот до ушей, не идет, а танцует!»

Правило № 200. Объясняйте детям, какие эмоции испытывают другие. Учите их читать по лицам.

20 ИЮЛЯ

Авансируйте добрые чувства в судьбы детей.

Положительный настрой ребенка означает, что он обладает

достаточным ресурсом, чтобы справиться с разными задачами. Он уверен в себе. Он полон сил, энергии и фантазий. До школы ребенку трудно оценить самостоятельно уровень своих достижений, соотнести свои намерения с решениями взрослых и сверстников. Все, что они знают про себя, – от взрослых. Детство – это время авансов! Мы выдаем ребенку кредит – доверия, любви, уверенности – просто так, потому что он – наш ребенок. А еще потому, что мы-то знаем, сколько впереди сложных перевалов, которые можно перейти, только имея большой и успешный опыт. Прошлые достижения, поощрения, удачные попытки страхуют Я ребенка от психологических провалов, непоправимых травм, депрессий, отчаяния, бессилия. Родительские авансы – это своего рода амортизаторы ударов судьбы!

Правило № 201. Авансируйте ребенку похвалы, надежды, уверенность, чтобы они потом вернулись сторицей.

21 ИЮЛЯ

Развивайте у ребенка экспрессивность, чтобы он потом смог сообщить о своих чувствах значимым людям.

Эмоциональная изоляция, эмоциональный голод на ранних стадиях развития ведут к *алексетимии* – неспособности правильно назвать и описать свои эмоциональные состояния. Ребенок должен уметь не только испытывать эмоции, но и выражать их.

Навыки экспрессии можно тренировать индивидуально и в группе.

- Попросите ребенка назвать эмоцию, которую он видит на лице персонажа. Стимульный материал может быть самый разный – видеосюжеты, портреты, фотографии.

- Своего рода психогимнастикой может служить разминка, в ходе которой ребенку предлагается изобразить страх, ужас, радость, восторг, скуку и другие состояния.

- Попросите ребенка назвать эмоции детей, с которыми он играет.

- Обратите внимание ребенка на то, что одни герои (сказок, фильмов, мультфильмов) вскидывают руки вверх, другие, наоборот, прикрывают лицо ладонками, у одних злой взгляд, у других – печальный. Почему?

Стихия музыкальных занятий, когда детям предлагается танцевать по наитию, – лучший способ гармонизации внутреннего мира ребенка. Дети различают характер музыки и могут изобразить его в танце. Способность к различению эмоций

(коллекция эмоций) нарастает с возрастом. Она расширяется стихийно. Но можно учить ребенка выражать и считывать эмоции специально.

Правило № 202. Выражению эмоций можно учить. Чем ярче, экспрессивнее проявление эмоции, тем лучше ребенок ею овладевает и пользуется.

22 ИЮЛЯ

Зачем нужна агрессия?

Мы считаем детей, склонных к агрессивным проявлениям, дурно воспитанными, плохими и даже опасными. Стереотипный прогноз: из агрессивного, непослушного ребенка вырастет хулиган или даже преступник. Между тем для того, чтобы добиться своего, человеку необходим определенный уровень агрессии. Взрослые это делают, не спрашивая разрешения. Агрессия – один из факторов успеха. Уровень агрессии у мужчин выше, чем у женщин; быть может, этим определяется их объективно более высокий уровень достижений? Им просто хватает азарта, чтобы «пробивать стены», «сносить преграды», «переносить трудности» – какие там еще сильные выражения мы выбираем для описания мощи успешных людей? Да и самые успешные женщины ведут себя активно и наступательно. Но это не значит, что агрессию детей нужно приветствовать, радоваться каждому ее проявлению. Агрессию следует не подавлять, а окультуривать – находить приемлемые формы проявления страстей, направлять энергию в полезное и безопасное русло. Одной из культурных форм проявления агрессии является праведный гнев, возмущение несправедливыми поступками других людей. Гнев – это ответная агрессия. Если она не сопровождается физическим или психологическим насилием, гнев воспринимается адекватно, как протест против несправедливости. Если объектом гневливой реакции являются действия, поступки, а не люди, которые их совершают, такой гнев не будет направлен на личность, не будет задевать самолюбие других людей, но послужит серьезным предупреждением. Гораздо опаснее и коварнее для репутации бывает огульная клевета, ложные характеристики и факты. Гнев – это прямая, открытая и честная реакция. Если он направлен на то, чтобы предупредить, а не оскорбить, задеть за живое, то, скорее всего, он достигнет цели. В противном случае приведет только к эскалации конфликта.

Правило № 203. Не мешайте ребенку гневаться: без

агрессии нельзя реализовать свои желания.

23 ИЮЛЯ

Как совладать с агрессией?

Если ваш ребенок сердится, первым делом покажите или скажите прямо, что вы приняли к сведению его острое состояние: «Я понимаю, что ты возмущен!», «Я вижу, что ты сердишься». Помогите ребенку понять, почему он так реагирует. Детям трудно описывать свои состояния, устанавливать причины и следствия. Сердится он, потому что у него не получается построить достаточно высокую башню из кубиков, или ему не удастся построить башню, потому что он нервничает и не может действовать скоординированно? Возможно, ему нужна помощь, но ребенок не догадывается попросить. Помогите ему оценить степень тяжести проблемы («О, да ты почти закончил!», «Если мы вместе поработаем, мы сможем удивить маму!»). Покажите перспективу: «Можно сделать вот так!» Нет ничего хуже бытовой агрессии, когда безо всякого повода, из-за чепухи затевается скандал. Так поступают взрослые, которых в детстве не научили корректно по отношению к другим и точно по замыслу проявлять эмоции. И напротив, среди людей выдающихся мы найдем немало тех, чей сильный, взрывной темперамент позволил им достигнуть поистине впечатляющих результатов. Они справились со стихией своих желаний, страхов, впечатлений и фантазий, нашли культурно-приемлемую форму. Значит, высок шанс, что и вы сможете.

Правило № 204. Чтобы совладать с агрессией ребенка, нужно понять ее причины. Чтобы понять ее причины, нужно установить контакт с ребенком. Чтобы установить контакт с ребенком, нужно принять его агрессию спокойно.

24 ИЮЛЯ

Игра – основной способ передачи эмоционального опыта.

Игра – ведущая деятельность дошкольника. Она остается актуальной и позже. Людям нравится учиться с удовольствием и достигать результатов, не прилагая специальных усилий. Среди всех видов игр (предметных, подвижных и пр.) ролевая игра наиболее важна, потому что дети взаимно действуют не по правилам, а в соответствии со сценариями исполняют роли. Чтобы сюжет игры двигался, дети вынуждены договариваться друг с другом, объяснять свои намерения, желания, учитывать

эмоции друг друга. Навыки взаимодействия и опыт совместного переживания никогда больше не будут востребованы в такой мере. Это уникальный период развития ребенка, который определит успех его сотрудничества с другими людьми на всю жизнь. К сожалению, пространство и время совместных игр сузилось – или потому, что дети редко собираются вместе, оставаясь дома, или потому, что группы в детских садах переполнены.

Правило № 205. Если вашему ребенку 3–6 лет, следует специально организовывать пространство и уделять время ролевым играм. В ходе них развиваются навыки взаимодействия, эмпатии (сочувствия), произвольного внимания и сюжетного мышления.

25 ИЮЛЯ

Что такое хорошо и что такое плохо?

В сюжете ролевой игры положительные и отрицательные герои должны быть четко определены. В сказках так и происходит – зло и добро борются, и побеждает добро. В ролевых играх по сказочным сюжетам дети иногда сосредоточиваются не на моральных коллизиях, а на бытовых, более им понятных. Например, Баба-яга может жарить яичницу на завтрак как обычная пенсионерка, а лиса ходить в парикмахерскую. Дети не сопротивляются тому, чтобы играть отрицательных персонажей. Особенно мальчики стараются занять как можно большее число ролей, включая не только отрицательные, но женские. У детей еще слабое сюжетное мышление, они могут не понимать идеи сказки или сцены. Взрослый не только должен помочь детям организовать игру, но и напомнить о смысле разыгрываемого сюжета. Добро (положительные персонажи) и зло (отрицательные персонажи) послужат ребенку ключевыми ориентирами для интерпретации событий из его реальной жизни.

Правило № 206. Родители должны помочь ребенку найти конфликт в сюжете и определить отрицательных и положительных персонажей.

26 ИЮЛЯ

Жизнь – это игра, а игра – это радость.

Несмотря на то что в сказках отражается напряженный баланс сил добра и зла, общая интонация игры должна быть радостной. Детям приятно, когда им предоставляют свободу

действий, им нравится пробовать что-то новое, играть роли взрослых людей, иногда наделенных необычными свойствами. Ролевая игра – это приключение, в которое отправляются дети, чтобы опробовать новые роли, посмотреть на мир другими глазами. Поэтому в игре нет абсолютно верных решений и правильных действий. Главное, чтобы было интересно. Позитивный настрой игры позволяет детям усваивать новую информацию произвольно.

Правило № 207. За ошибки детей в ролевой игре нельзя наказывать. Дети должны получать радость от игры.

27 ИЮЛЯ

Откуда черпать сюжеты для детских ролевых игр?

Родители в России делятся на две категории: тех, кто считает, что нужно учить детей на старых добрых советских мультфильмах, и тех, кто предпочитает высокотехнологично сделанные американские мультфильмы. И те и другие правы частично. Мы должны выбирать для детей сказки и истории с такими сюжетами, которые лучше всего отражают конфликты современной жизни. В советских мультфильмах нет агрессии, но она, увы, есть в жизни. Сама агрессия может быть сильным мотивом развития личности, мобилизации людей вокруг праведных дел. Американские мультфильмы ставят задачу воспитывать терпимое отношение всех ко всем, поэтому различие между положительными и отрицательными персонажами не такое очевидное, к тому же положительные персонажи могут внешне выглядеть не очень привлекательно, например Шрек. Лучше подходить к выбору домашней коллекции, библиотеки и видеотеки индивидуально, заботясь о потребностях ребенка, а не проявлять грубый патриотизм или антипатриотизм. Например, сказка Толстого про Буратино или сказка Олеши о трех толстяках – более современные, они отражают отношения и проблемы общества, в котором уже функционируют деньги как мотив развития сюжета.

Правило № 208. В сценариях ролевых игр должны отражаться главные конфликты современной жизни.

28 ИЮЛЯ

Амбивалентность чувств.

Детям трудно до поры до времени оценивать свои эмоции,

выносить мораль из сказки. Период активного формирования морального сознания – с 7 до 10 лет. Если до этого спросить ребенка, о чем сказка, какова главная особенность того или иного героя, какова мораль, он окажется в тупике и ответит неопределенно: «Не знаю!» В это время родители не только задают вопросы, но и отвечают на них, помогая ребенку выйти из проблемной ситуации. Зато дети легко отвечают на вопрос: «А тебе нравится Маша, Вася... Катя?» Дети могут испытывать яркие и однозначные эмоции, но пока не способны их объяснить. Чтобы они чувствовали себя уверенно, нам следует помогать им в этом. Иначе дети будут вести себя неуверенно. На вопрос, почему им нравится тот или иной персонаж, ответ будет тот же: «Не знаю...»

Правило № 209. Мало научить ребенка переживать, нужно помочь ему обосновывать и отстаивать свои чувства.

29 ИЮЛЯ

Спокойствие, только спокойствие!

Завет Карлсона оставаться спокойным при любых обстоятельствах стоит повторять и исполнять. Важные решения и сложные задачи и взрослые, и дети лучше решают в состоянии внутреннего спокойствия. Эмоции сильно влияют на то, как мы воспринимаем мир. Экспериментально доказано, что все, что вызывает положительные эмоции, лучше и подробнее запоминается, дольше хранится в памяти. То, что вызывает тревогу, воспринимается искаженно, иногда изменяется до неузнаваемости. А в искаженном мире невозможно действовать эффективно. О силе влияния наших состояний на восприятие, принятие решений и поведение детям должны сообщить родители. Злой Волк ест козлят, потому что злому человеку все маленькие существа кажутся плохими, глупыми. Ему их не жалко. А Буратино ничего не боится, потому что ему все вокруг кажутся симпатичными и добрыми.

Правило № 210. Важные решения должны приниматься спокойно и ребенком, и взрослым. Если ребенок нервничает, ему нужно дать время, чтобы успокоиться, а потом помочь советом.

30 ИЮЛЯ

Универсальные предметы позволят ребенку сконструировать любые миры.

Если у всех всё есть, дети теряют интерес и к игрушкам, и к другим детям, и к родителям. Дефицит стимулирует не только внимание, желания, интерес, но и мышление, изобретательность, способность придумывать что-то новое. Если ваша дочка играет в детский сад и кукол не хватает, то куклами становятся пирамидки. Достаточно им привязать бантики на макушку, а бантики можно делать из бумаги, конфетных оберток, остатков бабушкиных ниток для вязания. Если ваш мальчик играет в звездные войны, то в ход пойдут кубики, карандаши, пуговицы. К универсальным играм относятся пластилин, конструктор, кубики, мозаика, карандаши и краски. То, из чего можно создавать миры, любых персонажей и любые объекты. К универсальным игрушкам относятся также бесхозные мелкие предметы, которые ребенок может найти прямо на улице, или взять в гостинной, или даже взять без спросу в гостях. Некоторые предметы обладают для ребенка особой притягательностью и просто магически действуют именно потому, что возбуждают его фантазию, будоражат желания. Разрешайте приносить в дом природные материалы для будущих игр и поделок.

Правило № 211. Покупайте универсальные игрушки, из которых ребенок сможет сделать что угодно или придумать что-то новое.

31 ИЮЛЯ

Реставрация ценностей.

Чтобы восстановить систему ценностей, выполните простое упражнение. Предложите дочке выбор: с одной стороны, целая гора игрушек, красивых платьев, туфелек, кукол и всего, что душа пожелает; с другой – мама и папа. Но нужно выбрать что-то одно. Любой ребенок выберет папу и маму. Расскажите при случае историю ребенка из детского дома, у которого нет и, скорее всего, никогда не будет родителей, хотя чужие дяди и тети привозят игрушки. Наконец, напомните о том, какой интерес у других детей вызвала игрушка, которую вы купили своему ребенку совсем недавно: «Они ведь тоже хотели поиграть и даже унести домой твою игрушку! А ты про нее забыла на другой день. Наверное, все, что могут отобрать, что можно потерять, и кажется нам таким красивым!» Можно рассказать поучительную историю о том, как красивая игрушка поссорила подруг, и в конце концов они решили ее выбросить. Потому что дружба и любовь важнее вещей.

Правило № 212. Чтобы сформировать у ребенка

«нюх» на настоящее, предлагайте ему парный выбор между разными возможностями. Так вы поможете ребенку четко выделять главное.

Август. Тренинг юного потребителя



Время отпусков сопровождается поездками, покупками, подготовкой к новому учебному году. К августу дети подрастают, и им требуется одежда большего размера. Самое теплое время года – пора мечтать. Грезы о будущем вместе с детьми научат их видеть разные возможности, казалось бы, в обычных делах. Как соединить в ребенке практическую смекалку и мечтательность, чтобы он не вырос избалованным и приземленным, но и не витал в облаках? Отсутствие навыков аккуратности в детстве переносится потом на другие сферы деятельности, и уже у взрослого человека будет царить беспорядок в рабочем кабинете, дома будут разбросаны вещи, а на кухне может выситься гора немытой посуды.

1 АВГУСТА

Верно оценить уровень аккуратности, доступный ребенку.

Для трехлетнего ребенка достижение – застегнуть пуговицы на куртке или завязать шнурочки. В это время мы комментируем его действия вслух и помогаем малышу. До 4–5 лет дети же могут путать право-лево, зад-перед у свитера. Точно так дети пока плохо ориентируются в пространстве и могут легко потеряться в незнакомом месте или даже на территории детского сада. Требовать большей точности действий, хорошей ориентации в пространстве, правильно застегнутой курточки – значит не понимать, на каком уровне развития находится ваш ребенок. Это родитель со своими компетенциями выглядит нелепо, а не ребенок.

Правило № 213. Требуя невозможного, мы портим отношения с ребенком, но никак не способствуем формированию навыка.

2 АВГУСТА

Сделать что-то аккуратно означает завершить начатое.

Важным навыком является планирование начала и завершения игры. Дети учатся готовить стол для занятий, раскладывают игру, а в конце помогают взрослым убрать игрушки, кубики, детали конструктора, краски и карандаши. Если не научить завершать игру, то ребенок останется с ощущением «открытого финала», когда в любой момент можно бросить занятие и в любой момент продолжить. Так растет человек, который почти одновременно начинает заниматься разными делами, но ни одно из них не заканчивает.

Правило № 214. Согласившись играть с ребенком в настольную игру, договоритесь, что в конце обязательно нужно будет вместе все убрать. Дети легко соглашаются на это условие.

3 АВГУСТА

Комплекс белоручки.

Помимо игры ряд важных навыков, связанных с развитием аккуратности, дети приобретают, копируя родителей, помогая им убирать со стола, мыть посуду, лепить что-то из теста. Если мы будем оберегать детей от того, чтобы они «не запачкали руки», то они и в дальнейшем будут избегать «грязной работы» и не научатся делать все аккуратно. Комплекс белоручки – когда ребенок ничего не умеет и считает это своим достижением. Расскажите поучительную историю о том, как Белоручка осталась в полном одиночестве, потому что с теми, кто не хочет убирать, никто не дружит.

Правило № 215. Создайте негативный образ того, кто боится запачкать руки, – белоручки.

4 АВГУСТА

Стиль деятельности влияет на аккуратное обращение с вещами.

Дети различаются по темпоритму: есть те, кто делает быстро, но неаккуратно (холерики); быстро и точно чаще всего работают

сангвиники; медленно и неуверенно выполняют задание меланхолики; флегматики же очень дотошны, скрупулезны, поэтому им требуется много времени, зато результат будет превосходным!

Правило № 216. Предъявляя претензии к ребенку, учитывайте его индивидуальные особенности, оптимальный для него темп деятельности, особенности мелкой моторики, доступной координации движений.

5 АВГУСТА

Когда он начнет соображать?

В 5–6 лет дети могут проводить элементарное планирование, но и учатся соотносить свои действия с действиями других детей и взрослых. Они учатся договариваться, подстраиваться, распределять роли, делать что-то вместе и по очереди. Они тянут руку на занятиях, чтобы, получив разрешение, ответить на вопрос или прочитать любимое стихотворение. Ребенок соотносит свои желания с общим порядком, с его ограничениями и предписаниями. В это же время дети учатся обращаться с деньгами. В магазине они уже понимают, что игрушки покупаются за деньги. На день рождения ребенку могут подарить копилку. «Богатство» ребенка пока ограничивается несколькими монетками – ровно столько, сколько он может посчитать!

Правило № 217. Переход к абстрактному мышлению в конце дошкольного возраста позволяет ребенку осуществлять планирование своих действий, а также открыть для него ценность денег.

6 АВГУСТА

Кто ответит за неаккуратность ребенка?

Семьи различаются манерой воспитания детей и вниманием, которое уделяется гигиене, чистоте, внешнему виду и порядку в доме. При сильной занятости уборку в квартире может делать приглашенный работник, а могут мобилизоваться все члены семьи, включая детей. Умение бережно обращаться с вещами не зависит от интеллекта, это социальный навык. Дети умеют делать то, чему их научат близкие. Если ребенка воспитывала бабушка, родители могут предъявлять претензии к «странным манерам» ребенка. Но лучше переучить ребенка. Для этого придется пройти весь путь заново: показать, как нужно делать, объяснить почему, сделать вместе несколько раз. Одних словесных порицаний

недостаточно!

Правило № 218. Контроль аккуратности на первых порах осуществляет родитель. Ребенок подрастет и сможет делать это сам.

7 АВГУСТА

Куда торопимся?

Если родители и в 4 года, и в 5 лет торопливо натягивают на ребенка пальтишко, толкают в спину, чтобы он наклонился и натянул сапожки, процесс одевания будет восприниматься негативно. Дети часто не любят одевание-раздевание, потому что от них это требует чрезмерных усилий. Строгие родители проявляют активное внимание к детям только во время режимных процедур (умывание, сборы в детский сад, застилание кровати). Нужно выделить время, чтобы не торопиться по утрам и не подгонять ребенка, который еще не ориентируется во времени.

Правило № 219. Навыки аккуратности нельзя сформировать быстро, в привычном для взрослых темпе исполнения.

8 АВГУСТА

Почему они все крушат и ломают?

Ребенок может ревновать к вещам, если почувствует, что они для вас дороже, чем его самочувствие. Вещизм в самых разных вариантах (кредитомания, шопоголизм) сказывается на детях. Даже во внешне благополучных семьях дети могут восприниматься как статья расходов, долгосрочная кредитная линия, то есть наряду с дорогими покупками. Рыночные отношения проникли и в воспитание. Нам кажется, что мы учим бережливости своих детей, а на самом деле отказываем им в бескорыстной любви, теплоте, заботе. Когда мы ругаем детей, они могут воспринимать это как агрессию и отвечать тем же. Поскольку мы – более сильные соперники, то детская злость может вымещаться на вещах, игрушках, домашних животных. Эту отстроченную агрессию мы считаем немотивированной, опасной, симптомом начинающегося заболевания. А это только выброс напряжения, в котором ребенок пребывает дома.

Правило № 220. Ревность к вещам, желание напомнить о своих потребностях может стать причиной детской агрессии. Так ребенок протестует против того,

чтобы его приравнивали к вещам или даже ставили ниже.

9 АВГУСТА

Стоит ли прочитать ребенку лекцию о пользе вещей?

Строгие предупреждения и чтение морали некоторыми специалистами приравниваются к психологическому насилию, принуждению обслуживать интересы взрослых. Когда ребенок приходит из гостей и мы спрашиваем его, а какой марки телевизор, а как называется компьютерная приставка, он понимает, что для его родителей самое главное – гонка за вещами. Ребенок только «шпион» в чужом доме. Раньше спрашивали: «Вы интересно провели время? Во что удалось поиграть?» Такой чрезмерный интерес к чужому имуществу наблюдается у детей, которые лишены возможности «жить как все», вынуждены жить в аскезе.

Правило № 221. Чрезмерный интерес к вещам дети прямо или косвенно заимствуют от родителей.

10 АВГУСТА

Как они узнают то, о чем мы не говорим вслух?

Личность ребенка – это проявление теневой части личности родителя. Дети открыто борются за наши тайные, но подавляемые желания копить и стяжать. Дети не только слушают, что мы говорим им, они внимательно за нами следят и прислушиваются ко всему, что может касаться их семьи. Главные источники информации для дошкольников – прикосновение, интонация и выражение глаз. Теплые или холодные, нежные, добрые или злые, они сообщают, в каком настроении родители, от которых так зависит самочувствие самих детей.

Правило № 222. Дети лучше знают нас, потому что больше от нас зависят.

11 АВГУСТА

От кого они перенимают финансовые привычки?

Деньги сами по себе не обладают ценностью для детей. Они не понимают, почему родители так дорожат тем, что можно немедленно поменять на что-то более интересное. У ребенка не так много вариантов осуществить свою мечту – выпросить, накопить, украсть или дожидаться, пока кто-то догадается.

Старшие ребята активно обмениваются, а уже с 9–10 лет мальчишки могут играть на деньги, выигрывать-проигрывать. Как мы скрываем свои финансовые планы и потоки от детей, так и они ведут тайную бухгалтерию. Они не берегут наши деньги, но это не значит, что они не дорожат своими.

Правило № 223. Экономические стратегии дети перенимают у родителей, хотя это у них не сразу получается.

12 АВГУСТА

Для чего на самом деле нужна копилка?

Детям редко удастся копить долго. Именно для них придуманы копилочки, которые разбиваются, например, на каждый день рождения. Ребенок может долго просиживать у фарфоровой хрюшки в сладких мечтах. Дети могут быть разочарованы тем, как долго они копили и терпели и как мало у них накопилось. Умные родители поступают так: они спрашивают, о чем мечтает именинник, и после того, как копилка торжественно разбивается и ее содержимое перечитывается, в качестве бонуса за терпение добавляют недостающую сумму. И планируется праздничный поход в магазин!

Правило № 224. Копилка нужна не для того, чтобы ребенок собрал определенную сумму денег или вырос стяжателем, а для того, чтобы привить ему навык откладывать сильные желания до более подходящих времен.

13 АВГУСТА

Почему даже о тяжелой работе нужно говорить с энтузиазмом?

Дети не знают истинную цену вещей. Все наши разговоры об усилиях, затрачиваемых на то, чтобы заработать и купить, до поры до времени слишком абстрактны. Родителям стоит взять ребенка на работу! Но если постоянно жаловаться на усталость, на то, как трудно зарабатывать, а на все не хватает, дети подумают, что взрослые живут только для того, чтобы зарабатывать. А вот если вы с увлечением проведете экскурсию на работе, познакомите со своими дружелюбными коллегами, расскажете, как интересно они живут, ребенок захочет побыстрее вырасти. Работа не покажется ему адским способом выжить.

Правило № 225. Обсуждать промахи на работе можно с коллегами, а жаловаться на усталость лучше взрослым членам семьи. Ребенку важно услышать, что, когда он вырастет, обязательно найдется интересная работа, которая поможет ему заработать на еще более интересную жизнь.

14 АВГУСТА

Порядок – это способность к группировке и классификации.

Дети портят и разбрасывают вещи не из злого умысла, а потому что у них не сформированы навыки группировки и классификации. Ребенок может неплохо считать до десяти, но в его уголке будет царить беспорядок. Дети могут использовать разные способы группировки, чтобы упорядочить предметы, но только в том случае, если мы им поможем. Кто-то группирует, складывает предметы по внешнему сходству, кто-то основывается на последовательности действий в игре, кто-то просто по интересам. А кто-то все подряд просто сбрасывает в кучу. Неинтересные вещи игнорируются, забрасываются, теряются. Стереотип, что порядок – это когда все аккуратно сложено в ряды, «не прививается» детям, потому что до поры до времени не отвечает их потребностям и уровню обобщения. Родители часто сами просто распахивают вещи по полкам и шкафам, имитируя видимость порядка. Но потом не могут найти нужное часами. У такого порядка не было плана, представления о соотношении вещей. Взрослые группируют предметы по их значимости, частоте использования, престижу, месту в расписании и т. д.

Правило № 226. Научив детей группировать вещи по существенным признакам, мы поможем им быстро наводить функциональный, а не показной порядок.

15 АВГУСТА

Так какой же у вас в доме порядок?

Если взрослые дают противоречивые указания и пропагандируют разные способы организации порядка, едва сформированные навыки аккуратности у ребенка начинают «конкурировать» друг с другом. Например, мама говорит, что нужно платье вешать на спинку стула, а бабушка настаивает, что вещи следует вешать на вешалку. А папа считает, что все это чепуха, вообще не нужно забивать этим голову, есть много более интересных занятий. Хороший расклад, чтобы вообще ничего не

делать! Анархия вовсе не мать порядка. По какому принципу строится порядок в вашей семье: по принципу рациональной организации труда, по принципу «главное – чтобы все блестело», по принципу строгих директив по старшинству, учета и контроля со стороны старших или по принципу «ничего лишнего, все ненужное выбросить»?

Правило № 227. Прежде чем формировать навыки аккуратности у ребенка, нужно упорядочить представления о порядке у взрослых членов семьи.

16 АВГУСТА

Не отстраняйте ребенка от организации своего мира.

Дети гораздо быстрее приучаются к порядку, если они его сами придумали или участвовали в разработке шаг за шагом. Вместо того чтобы в приказном тоне отдавать детям команды (большинство детей этого не любят), лучше научить их распределять пространство своей комнаты, подсказывая правильные решения. Вы заметили, что в кабинете очень занятых, творческих людей царит творческий беспорядок, но они быстро найдут все, что им нужно, буквально с закрытыми глазами? Как им это удастся? Они помнят последовательность своих действий, потому что сами продумывали и исполняли план работы. У взрослых он может быть очень сложным, многоходовым и многовариантным. Но если зайти в такой кабинет и разложить «завалы» и «кучи» на ровные аккуратные стопки, можно нарушить историю деятельности, а вместе с ней потерять находки и достижения. Помните об этом. В уголке малыша должно хватить места для фишек, наклеек, деталей конструктора и карандашей.

Правило № 228. Порядок, который ребенок придумал сам, лучше им запоминается и воспроизводится.

17 АВГУСТА

Порядок строится на повторении отрытых принципов.

Порядок действий лучше запомнится, если он повторяется изо дня в день, а вместе с ребенком делать зарядку, умываться и учиться будет любимая кукла или медвежонок. Девочки более аккуратны, потому что, воспитывая их, мы чаще прибегаем к приему использования куклы-двойника. Ребенок не только учится сам, но и учит свою «младшую сестричку» или «братика», как нужно делать, а значит, повторяет последовательность действий и

тренирует контроль.

Правило № 229. Ребенок усвоил навыки аккуратности, если может научить им еще кого-то, например игрушку.

18 АВГУСТА

По щучьему веленью, по моему хотенью!

Сказки тоже учат бережному отношению к вещам. Сюжет их обычно строится вокруг магических предметов – ковра-самолета, цветика-самоецветика, скатерти-самобранки. Если бы такие вещи оказались у ребенка, вряд ли он стал бы бросать их где попало. Но у каждой вещи не только в сказке, но и в жизни есть своя история и душа! Если вы научите ребенка обращаться с вещами как с одушевленными существами, его отношение к ним наполнится теплом и детским азартом. Пуговицы станут подружками, шнурочки – юркими змейками, а ботиночки – братиками-близнецами, которые не могут жить друг без друга, поэтому их нужно всегда ставить вместе, аккуратно, носик к носику. Одежда, игрушки, книжки – все может быть окрашено симпатией, стать дорогим и близким.

Правило № 230. Чтобы вещи не мешали, не пугали, не сердили ребенка, с ними нужно дружить и договариваться. В итоге не только упорядочится мир ребенка, но и будет развиваться сюжетное мышление, необходимое для формирования стратегической организации своих поступков!

19 АВГУСТА

Порядок – не раз и навсегда, а для всех.

Навыки аккуратного обращения с вещами и деньгами формируются в процессе общения с родителями и сверстниками. Их нельзя «выучить наизусть» как стихотворение. Они накапливаются и изменяются в ходе того, как ребенок осваивает новые контакты, новые виды деятельности, переходит из группы в группу, из класса в класс. В каком-то смысле существует много порядков. Правильный тот, который позволяет учитывать интересы всех участников взаимодействия.

Правило № 231. По мере усложнения жизни ребенка ему предстоит научиться соотносить свои интересы и представления об организации с интересами

и представлениями других людей.

20 АВГУСТА

Что такое деньги с точки зрения ребенка?

Для дошкольников деньги – это бумажки, фантики, которые берутся в одном месте (на работе, в кассе, у товарищей, у дедушки с бабушкой) и перекладываются в другое место, чтобы получить что-то по-настоящему интересное («Это бумажки, на которые мы покупаем»). До 6–7 лет мышление детей – конкретно-образное, а деньги – абстрактное понятие, эквивалент всего, что покупается и продается. Точно так же дети не очень понимают, что такое «счастье», «будущее», «выгодно». Но они способны понять, что такое «смеяться», «после того, как мы встанем утром», «у тебя будет еще больше – целая гора конфет». В качестве эквивалента, меры всех вещей у ребенка может выступать «вкуснятина», любимое занятие («Если ты поможешь мне помыть посуду, мы сможем посмотреть телевизор!») – идем мы на сделку), ценная для него вещь – вкладыш к жвачке, бусинка, гвоздик и т. д.

Правило № 232. Деньги имеют ценность как красивые фантики, на которые можно обменять что-то интересное.

Символическое значение денег детям дошкольного возраста недоступно.

21 АВГУСТА

Как они «зарабатывают»?

Первый способ «заработать», получить что-то важное, интересное, забавное – это попросить. Дети могут проявлять настойчивость в своих просьбах. Они быстро запоминают, кто и как себя ведет в ситуации многократных просьб с их стороны. На этом этапе они действуют с наивностью и ловкостью обезьянок, методом проб и ошибок, просто запоминая «слабых» и «добрых» людей. Чаще всего это бабушка, мама, няня. Еще один способ «заработать» – это обмен. Начиная с 5–6 лет ребята активно обмениваются (например, куклами или их одежкой, машинками, желудями, красивыми стеклышками). Некоторые предметы обладают магией притяжения, а присвоение вещи, обмен «навсегда» успокаивает ребенка, гарантируя, что никто не отберет у него «такую красивую штучку». Дети начинают копить, складывать под подушку, прятать в карманчиках, коробочках свои приобретения. Копилка – первый детский банк. Одни дети любят

складывать монетки и копить, другие, наоборот, все время стремятся открыть копилку, проявляя нетерпение. В копилочку бросают мелкие монетки, сдачу после похода в магазин, потерянные или оставленные родителями копейки, подаренные «на мороженое» деньги и более крупные взносы родственников на день рождения.

Правило № 233. Дети действуют прямолинейно, если хотят достичь своей цели. Сложные системы действий и противодействий пока недоступны ни их разуму, ни их памяти. В детстве активно формируются мотивы, на реализацию которых затем уходит вся остальная жизнь.

22 АВГУСТА

Нужны ли детям деньги? Да, но воображение пригодится больше.

Старая педагогическая максима, согласно которой деньги развращают людей и нужно как можно дольше скрывать их от детей, трудно выполнима. Нам ничего не остается, как выработать разумное и справедливое отношение к этой стороне жизни. Если не учить детей «зарабатывать», помогая по дому, соотносить свои желания с потребностями других, распоряжаться самостоятельно маленькими суммами карманных денег («Вырастешь, тогда и будут свои деньги!»), они научатся скрывать и свои желания, и свои источники доходов. Уже с 7–8 лет мальчишки могут продавать игрушки или домашние задания, брать без спросу чужие деньги. Несмотря на важную роль финансов, только люди со слабым воображением стремятся обладать как можно большим количеством денег, чтобы заработать еще больше. Самым важным новообразованием дошкольного возраста является воображение, а не умение считать, пусть даже и столь ценимые взрослыми деньги.

Правило № 234. Деньги – хороший способ удовлетворять и регулировать желания, не включая фантазию. Какими бы сильными ни были просьбы ребенка, деньги все равно закончатся раньше и придется довольствоваться воображением.

23 АВГУСТА

Когда денежки одухотворяются и становятся сакральными объектами?

Деньги могут стать самым дорогим и сокровенным, что есть у ребенка. Мы и сами часто негласно придерживаемся принципа «люди разочаровывают, деньги остаются!». Когда родители пропадают на работе, мало общаются с ребенком, забывают его обнять и погладить, единственным доказательством того, что его любят и заботятся о нем, могут стать деньги, которые они на него тратят. Детский «остров выживания и стабильности» – игрушки и деньги, на которые можно купить новые игрушки. Дети проводят больше времени наедине с игрушками, чем с родителями. Когда они в одиночку играют на компьютере, то, конечно, помнят, что компьютер – «дорогая игрушка». Если ребенку не хватает тепла и заботы, он наделяет неживые предметы человеческими качествами и начинает обращаться с ними как с друзьями. То же происходит и с деньгами. Он может воспринимать деньги как нечто сакральное, неприкосновенное, тождественное ему самому. Когда вы просите у ребенка денег, ему кажется, что у него вырывают сердце. Он плачет, он чувствует, что без денег он никому не будет нужен и что деньги – это главное, что интересует взрослых.

Правило № 235. Если все важное, что получает ребенок, покупается, а не дарится, он отождествляет саму жизнь с банкнотами и монетами. Накопление может стать манией.

24 АВГУСТА

Нужно ли ссылаться на нехватку денег, если мы не считаем нужным покупать еще одну игрушку?

Потребительская психология гласит: главная задача – заработать, все остальное можно купить! Такой вот простой и универсальный способ решить все проблемы. Когда мы отказываем детям в покупках, ссылаясь на то, что у нас нет денег, мы фактически говорим: деньги – ключ к исполнению самых заветных желаний. И постепенно все фантазии и желания сосредоточиваются вокруг денег! Важно не только отказать, но и объяснить причину. Мотивы отказа должны быть не финансовыми, а человеческими. Например, у вас были планы помочь другу, или вы не считаете нужным покупать игрушку, потому что похожая уже есть, или вы просите не задерживаться у полки, потому что устали после работы.

Правило № 236. Отказывая ребенку в покупке, не забудьте поблагодарить его за понимание. Так вы сохраните отношения на человеческом, а не на

потребительском уровне. Ребенок должен понимать: отказ ему в покупке – это не отказ от него самого.

25 АВГУСТА

Предел детских мечтаний.

Научившись простым арифметическим расчетам, дети начинают планировать покупки сами. Но мы все еще не разрешаем им делать крупные покупки самостоятельно. Контроль над деньгами ребенка становится способом контроля над его поведением, мыслями, пристрастиями. Родители чаще всего отстают в понимании покупательских амбиций и возможностей детей, недооценивают их способность проведения денежных операций. Дети беспорядочно и бездумно тратят, потому что они пока не зарабатывают сами. Тактика ребенка – «хапнуть» то, что доступно. Дети перестают транжирить, когда начинают сами «зарабатывать».

Правило № 237. Дети очень долго живут с отложенным спросом. Некоторые уже смиряются с тем, что у них никогда не будет того, о чем мечтают все дети. Отказывая в покупках, не убивайте детские мечты.

26 АВГУСТА

Жадность – та же зависть.

Дети завистливы. Зависть – это детское стремление обладать тем, что принадлежит другому. Мы выносим это чувство из детства. И если с ним не разобраться, оно будет преследовать нас всю жизнь. Нужно напоминать ребенку о его преимуществах и особенностях, хвалить за достижения. Дети с высоким уровнем достижения и высокой самооценкой не кланчат по мелочи и не берут чужого – своего некуда девать, да и свое дороже и милее. Нормальная реакция ребенка на чужие игрушки – сказать: «Давай поиграем вместе!», «А хочешь, я тебе дам поиграть со своей машинкой?» Ненормальная – украсть, отобрать, сломать чужую игрушку.

Правило № 238. Жадность – следствие низкой самооценки.

27 АВГУСТА

Почему он все время кланчит?

Если ребенок постоянно кланчит что-то чужое, он сигнализирует вам о дефиците любви и внимания. Это может выражаться не

только материально. Если ребенок завидует и клянчит, значит, его собственная жизнь не кажется ему привлекательной. А почему? Может, просто потому, что у него никто ничего не просит и ничего не спрашивает? Похвалите его игрушку, попросите поиграть, одолжите у него денег, наконец, чтобы он почувствовал себя значимым. Деньги не заменят ребенку любовь родителей.

Правило № 239. Дети просят денег, если уже давно потеряли надежду получить любовь.

28 АВГУСТА

Домашний магазин.

Учите детей планировать покупки и оценивать расходы. Это проще сделать, если играть в магазин. Перед «походом в магазин» составьте список покупок (их можно нарисовать или использовать картинки из лото). Затем попросите ребенка выбрать самые важные для него вещи. Пусть объяснит, почему он выбрал именно их. Разделите список на самые «важные», «нужные» и «лишние» покупки. Потом на «дорогие», «доступные», «дешевые». После этого составьте новый список покупок. А еще предложите, чем можно заменить одну покупку на другую, если нужной не окажется в магазине или она будет очень дорогой. Например, машинку можно заменить на игрушечный мотоцикл – такое же средство передвижения, но дешевле. Ребенок быстрее научится, если будет «тратить» свои деньги, а не ваши. Поэтому с самого начала ему нужно выделить бюджет. Планирование покупок может быть не менее интересным занятием, чем игра с уже купленными игрушками.

Правило № 240. Лучше, если все тайны жизни ребенок узнает от вас, а не от соседей и чужих людей.

29 АВГУСТА

Что мы говорим о деньгах?

Напоминайте, что деньги – это не самое главное. Есть еще дружба, любовь, природа, космос, красивая музыка и многое-многое другое! Сегодня самыми желанными профессиями у детей из относительно благополучных семей считаются программист, дизайнер, бизнесмен, менеджер, фотомодель, редактор, переводчик, экономист. Дети выбирают денежные профессии. Это мы им подсказали. Но ведь мы с вами хотели быть актерами, учеными, космонавтами и делали ставку на интеллект и талант. Так чего же вы хотите на самом деле: чтобы ваш ребенок прожил

напряженную, но интересную жизнь, реализовал свое призвание или чтобы у него просто «было все» без разбору и жизнь состояла из всплесков радостного потребления?

Правило № 241. Превозносить деньги – это все равно что восхвалять веники, ратуя за чистоту. Деньги – всего лишь средство достижения некоторых целей. Все самое главное мы получаем благодаря людям, а не деньгам.

30 АВГУСТА

За покупками для школы.

Теперь, когда вы готовы говорить с ребенком о деньгах, вещах и порядке, поход в магазин накануне нового учебного года станет праздником для вас обоих. Обсудите обязательный список покупок и приготовьте ребенка к марафону. Лучше начать с такого статусного предмета, как рюкзак или пенал, того, что порадует ребенка. Пока вы будете сновать между прилавков, он будет держать в руках самый настоящий атрибут взрослой (для него) жизни.

Правило № 242. Поход в магазин перед началом учебного года – ритуал посвящения ребенка во взрослую жизнь.

31 АВГУСТА

Предупреждение от чрезмерного родительского оптимизма накануне нового учебного года.

Поход в школу связан с серьезным усложнением распорядка дня и жизни ребенка. Ему сообщают о новом режиме, правилах, последовательности занятий, необходимости составить свой распорядок дня. Не всем это дается сразу. Утомляемость, растерянность, неуверенность способны помешать ребенку адаптироваться в школе. На этом этапе дети могут вести себя дурашливо, проситься на руки как маленькие. Мы очень болезненно переживаем это временное изменение поведения, понимая, как важен успешный старт в школе.

Правило № 243. В начале учебного года в результате резкого увеличения нагрузки происходит временное ухудшение организованности ребенка на фоне высоких ожиданий родителей. Нужно дать ему время адаптироваться!

Сентябрь. Тренинг воли



Настало время вставать и ложиться по часам, не опаздывать на занятия и не забывать дома учебники. Испытание для всех членов семьи. Как развить навыки самоорганизации?

1 СЕНТЯБРЯ

Первый «выход в свет» после долгого перерыва всегда особенный. Пусть он будет праздничным.

Начинать что-то всегда волнительно. В этот день ребенок должен получить достаточное количество сигналов о том, что его любят и будут любить даже в случае неудач. Взрослые поступят правильно, если будут подчеркнуто демонстрировать свою готовность помогать, восхищаться, подсказывать. «Я всегда рядом. Я стою у тебя за спиной и держу тебя за плечи. Ты можешь спокойно идти вперед. Я тебя подстрахую!» – вот что прямо или косвенно мы должны сообщить ребенку в этот особенный день. День проходит со всеми признаками посвящения: новая нарядная одежда, красивая прическа, цветы, праздничный обед, поздравления. В такие дни мы сообщаем детям, что отправляем их в счастливую жизнь, а не на каторгу и ждем от них самых лучших отзывов, а не жалоб. Стоит удержаться от того, чтобы уже после обеда упрекать ребенка в неблагодарности, указывать на пятна на одежде, предупреждать, что праздник уже закончился, мол, хватит валять дурака и вообще, как уже все надоело... Дети обнаружат, что праздник – это только родительская уловка, чтобы

никто не подумал, что семья живет плохо. А что на самом деле чувствует ребенок, родителю наплевать.

Правило № 244. Самое трудное в праздничный день – выдержать торжественную интонацию с утра до вечера.

2 СЕНТЯБРЯ

Два вида благословения: отцовское и материнское.

Отцы благословляют на подвиги, матери – на возвращение. Такой архетип сложился в периоды войн, когда сыновья уходили побеждать врага. Переводя это благословение на язык мирных отношений, можно сказать, что отцы при любых обстоятельствах требуют достижений, а матери при любых обстоятельствах поддерживают самооценку. Папа говорит: «Я не знаю, где ты возьмешь силы, но я готов отказаться от тебя, если ты не совершишь что-то выдающееся, не станешь победителем, не будешь лучше всех. Мой ребенок – особенный, и тут без вариантов». Мама возражает: «В жизни может всякое случиться, ты можешь оступиться, но знай, что даже в случае полного поражения я жду тебя дома. Ты для меня такой же маленький любимый сын, как и прежде». Мама говорит: «Главное – выжить, остальное – как получится!», а папа возражает: «Если ты не возьмешь вершину, не победишь, то вся жизнь бессмысленна. Ты меня очень разочаруешь, я потеряю к тебе интерес и никогда не прощу!»

Правило № 245. Папы – для сильных сыновей и дочек, мамы – для слабых. Семья дает шанс каждому ребенку.

3 СЕНТЯБРЯ

Кто победит – папа или мама?

Фактически мы растим детей в условиях противоречивых отцовско-материнских установок. Побеждает тот родитель, кто умудряется вовлечь ребенка в соревнование, а не тот, кто стремится к абсолютной близости и доверию. Мудрый родитель говорит: «Ты победишь кого угодно, но только не меня. Я твой самый сильный соперник. Ну-ка, давай!» Придет время, и он признает: «Теперь я вижу, что ты победил меня. Ведь тебе принадлежит весь мир, а у меня есть только ты!»

Правило № 246. Отец выталкивает ребенка из гнезда, мама удерживает. Для малышей важнее мамы

тактики, для взрослых – папины установки на эмансипацию, отделение детей.

4 СЕНТЯБРЯ

А что обычно говорят бабушки? Главное – это любовь. К жизни.

Самые мудрые родители – это прародители. На их стороне опыт. Бабушки знают, что больше всего на свете дети нуждаются в абсолютной любви. Потому что они пока слабы и неумелы. Мамы обещают любовь каждый день, а бабушки любят каждую минуту. На стороне бабушек – время, если они стараются посвятить его внукам, а не торопятся заработать, чтобы защитить себя от суровой старости. И хотя неработающих бабушек все меньше, становится больше отпускных бабушек – тех, кто проводит полноценный отпуск с внуками. Рассуждения таких бабушек вполне резонны: «Чему могут научить родители, которые не вылезают из-за компьютера, а по выходным смотрят телевизор?» Бабушки тоже любят смотреть телевизор, но только после того, как выполнена работа. Это поколение с жесткими приоритетами: главное – работа, отдых – это награда за труд. В отпускной период нужно попробовать всего: искупаться, подняться на самую высокую гору, поиграть в бадминтон, съездить на экскурсию. С возрастом люди любят и ценят жизнь больше, чем в молодости. Даже исследования показывают, что самыми счастливыми и благодарными являются люди, которым за семьдесят.

Правило № 247. Бабушки призваны передать самую главную тайну: жизнь прекрасна. Это не лямка, которую нужно тянуть с утра до вечера в ожидании конца пути.

5 СЕНТЯБРЯ

Пропагандируйте режим как идеальное расписание для работающего человека.

То, что нельзя изменить, нужно полюбить или освоить. Дети охотно встают рано по выходным, когда родители не прочь понежиться в постели. Пока ребенок маленький, он может бодрствовать по ночам. Но как только поднимается вопрос о том, чтобы встать утром и отправиться в детский сад или школу, ранний подъем становится почти непосильным. Что мы должны рассказать о режиме, чтобы утреннее пробуждение не воспринималось как наказание за прежние провинности? Первое: вся страна, вся планета встает утром, чтобы успеть многое сделать и осталось время на то, чтобы поиграть, посмотреть кино,

сходить в магазин, покататься на велосипеде. Говорить, что впереди муштра и насилие, – значит убивать всякое желание открывать глаза. Второе: родители торопятся на работу, потому что чем взрослее человек, тем больше у него дел. Говорить, что вы ненавидите свою работу, но делать нечего, нужно деньги зарабатывать, все равно что послать проклятье на голову своего ребенка. Мол, сейчас плохо и трудно, а дальше будет еще хуже и невыносимее. Так что скажи еще спасибо, что ты маленький. Лучше добавить: если мы выйдем раньше на 15 минут, я смогу тебя раньше забрать, чтобы поиграть вместе. Третье: организм после сна требует движения. Кто долго лежит и не дает размяться косточкам и мышцам, тот скоро состарится, станет горбатеньким и никогда не поднимется на самую высокую гору. Четвертое: соседский мальчик (или друг) уже, наверное, проснулся. И вообще, интересно, кто быстрее придет в садик на этот раз? Вот в прошлый раз мы были первыми. Ну, соревнование проиграть не захочет ни один мальчишка. Мотив для девочек: тех, кто приходит первым, больше любят и раньше отпускают домой.

Правило № 248. Самый сильный мотив для старта – объявить соревнование.

6 СЕНТЯБРЯ

Зачем ребенку свой будильник?

Если ребенок лично заводит будильник, он как бы сам организует свой подъем. Чтобы делегировать ему еще больше ответственности, попросите разбудить остальных. «Когда проснешься, не забудь и нас разбудить. А то вдруг наш будильник не прозвенит, хорошо? Твой никогда не подводил». Совсем другое дело, когда ребенок становится командиром и будит всех по утрам. Пусть попробует разбудить и уговорить маму встать хотя бы раз, чтобы почувствовать, какая это трудная работа.

Правило № 249. Купите ребенку персональный будильник. Пусть он думает, что сам отвечает за свой подъем по утрам.

7 СЕНТЯБРЯ

Кризис жизни по распорядку.

Есть такой период в адаптации к новому образу жизни, который принято называть кризисом. Первоначальное торможение и сопротивление новому сменяется вработываемостью, и тогда, когда, казалось бы, основные

трудности позади, через 3–4 месяца начинается кризис. Дети иногда вообще отказываются ходить в школу или детский сад. Новогодние каникулы – возможность передохнуть, но одновременно и напоминание о том, как хорошо дома без обязательств и занятий. Дети начинают болеть, бегут от реальности. Нужно быть готовыми к спаду работоспособности и поддержать ребенка, когда он начинает «скисать». В это время стоит снова вместе заниматься, играть, спокойно и с пониманием выслушивать жалобы на сверстников. Дети быстрее устают и теряют интерес к занятиям, если чувствуют, что их не любят, а только мучают и дразнят.

Правило № 250. Допинг родительской любви может быстро закончиться в условиях жесткого режима. «Кислородные баллоны» нужно пополнять новыми порциями любви и заботы.

8 СЕНТЯБРЯ

Как организованность конвертировать в свободу?

Дети порой удивляют нас своей старательностью, готовностью учиться, тянуться за взрослыми. «Ты все делаешь, как настоящий герой!», «Ты почти как папа – сильный и выносливый», «И откуда только силы берутся у этого мальчика!», «Мне нравится, как ты быстро и аккуратно делаешь. Это редко получается даже у взрослых!», «Ну-ка, научи меня, как ты это делаешь?», «Как, ты уже успел сделать уроки?», «Ничего себе! Вот это да!». Попросите ребенка объяснить куклам и машинкам, почему теперь играть можно будет только по часам. У кукол тоже должен быть свой режим, но нужно научить их этому. Каждый месяц измеряйте рост ребенка. Если режим соблюдается, ребенок подрастает хотя бы на полсантиметрика. Повзрослевшему ребенку больше разрешают играть. Повзрослевший ребенок не клянчит: «Ма, а можно я...», наоборот, он заверяет маму: «Мама, ты не волнуйся, все, что нужно, я обязательно сделаю вовремя!» В ответ можно сказать: «Мы гордимся твоей рассудительностью, сын!»

Правило № 251. Хвалите ребенка за соблюдение режима. Гордитесь его волей и рассудительностью. Чем более организованным становится ребенок, тем больше свободы он должен получать.

9 СЕНТЯБРЯ

Философия маленьких подвигов.

Великие достижения состоят из маленьких ежедневных подвигов. На победу работает то, что совершается изо дня в день. Нельзя переломить метлу, но можно легко переломить отдельные пруты, из которых она состоит. Нельзя перебрать мешок гороха, но можно каждый день перебирать по горстке. В соответствии с народной мудростью спрашивайте себя и ребенка: «Какие подвиги предстоит совершить сегодня?» А вечером можно подытожить: «Сегодня удалось совершить несколько подвигов!» Когда обычные дела называются так патетически, жизнь наполняется особой значимостью. Ты уже не просто слабый и неумелый человек, ты воин, выбравший большой путь.

Правило № 252. Любое действие ребенка, которое требует от него серьезных усилий, можно классифицировать как его личный подвиг.

10 СЕНТЯБРЯ

Развивайте воображение ребенка.

Победа – результат развитого воображения. «Чтобы поймать рыбу, нужно думать о рыбе», – гласит английская пословица. Моральные стимулы хороши для детей, когда у них начинает формироваться моральное сознание. Но маленькому ребенку может помочь рисунок. Пусть он нарисует что-то из своего будущего: портрет на воздушном шаре, себя за рулем автомобиля, на сцене или в океане под парусами. Если ему такие рисунки покажутся опасными, легким росчерком карандаша нарисуйте себя вместе с ребенком в путешествии или за трудным занятием, например на Северном полюсе. Если вам такая перспектива не кажется опасной, вы поможете и малышу сделать шаг навстречу своей мечте.

Правило № 253. Чтобы сформировать образ будущего, иногда достаточно его нарисовать.

11 СЕНТЯБРЯ

Какую программу мы передаем ребенку?

Когда мы грозим детям наказанием, включается отрицательная мотивация. Как только она устраняется, дети с удовольствием отказываются от обзаводки и принудиловки. В отрицательную мотивацию заложена отрицательная программа действий с печальным исходом. В предупреждении «Не ной!» содержится предписание «Ной!», фраза «Я тебя поколочу, если ты

не будешь слушаться!» звучит для ребенка как «Не слушайся меня, я уже так хочу тебя поколотить! Ну же!» Если нет положительной программы, затраченные усилия обернутся против ребенка. Например, можно сказать: «Стоит это делать, чтобы стать сильнее. Сильный человек может выбирать, все, что он захочет, а слабый – то, что ему принесут», «Когда ты научишься читать толстые книжки, все секреты мира станут тебе доступны. Я назову тебе несколько мудрых книг, в которых есть ответы на самые сложные вопросы», «Только образованный человек бывает по-настоящему счастлив. Он способен открыть много сторон своего счастья, потому что умеет делать открытия».

Правило № 254. Стараясь уберечь ребенка от невзгод, мы пророчим ему эти невзгоды.

12 СЕНТЯБРЯ

Меняйте тактику, чтобы не бегать по кругу.

«Нельзя обскакать кого-то на карусели», – верно подметил герой книги Харуки Мураками. Помимо усталости от изнурительного труда есть еще усталость от монотонии, однообразия. Создается ощущение бега по кругу. «Каждый день одно и то же!» – жалуется ребенок. Ну нет, вовсе не так скучна жизнь! Время меняться и менять привычки. Меняем: зубную пасту, меню, обложку на учебнике, расположение мебели и последовательность занятий. Уменьшаем время подготовки чтения, но увеличиваем – математики, потому что одно стало проще, а другое сложнее. Измеряем рост и вес – все другое. Когда нам кажется, что мир стоит на месте, завяз в болоте рутинных дел, все вокруг меняется и движется. А можно не менять, а просто поменяться: тапками с братом, будильником с папой, местом за столом с мамой. Чтобы ребенок чувствовал себя полным сил и энтузиазма, нужно помогать ему производить децентрацию, менять точку зрения на жизнь, открывать новое в обыденном.

Правило № 255. Ситуацию развития ребенка изменить легче, чем уговорить его посмотреть на события по-новому, то есть произвести изменения в голове.

13 СЕНТЯБРЯ

Проблема первого шага.

Трудности пугают не только детей, но и взрослых. Никто не дает гарантию успеха, нет в мире такой инстанции. Залогом того,

что все получится, может быть только характер. Некоторые люди, как Ваньки-встаньки, падают и тут же поднимаются. У них хорошая устойчивость и умение балансировать. Чем сильнее их гнуть к земле, тем сильнее отдача. Покажите ребенку эту игрушку, или пружинку, или йо-йо, чтобы продемонстрировать закон: всякому действию есть противодействие. А есть люди-танки с такой силой желаний, что никакие препятствия не остановят их на выбранном пути. Наверняка, есть и такая игрушка-вездеход. Можно показать летающих птенцов и рассказать историю. Однажды маленькому птенчику пришлось впервые взлететь. Он очень боялся высоты, у него кружилась голова, он прятался под мамино крыло. И тогда папа птенца сказал: «Я не знаю ни одного птенчика, который бы упал, не взлетев. Даже если ты забудешь раскрыть крылья, я буду лететь рядом и подхватю тебя к себе на спину». Он толкнул малыша вниз, и тот закричал: «А-а!» и расставил крылья, чтобы ухватиться за что-то. А это верный способ взлететь. И тогда тревожное «А-а!» сменилось радостным и восторженным: «А-а! Я лечу!» Рядом планировал папа с гордым видом: «Я всегда знал, что мой сын полетит. Я горжусь тем, что теперь мы будем летать вместе!»

Правило № 256. Оказывается, все получается, если попробовать.

14 СЕНТЯБРЯ

Кем быть и что делать?

Обсуждайте с ребенком, кем он будет, когда вырастет. Предпочтения детей меняются. Задача родителя – как можно подробнее рассказать ребенку о специфике профессии. Обратите внимание ребенка на то, какие предметы в школе или занятия в детском саду помогут в будущей профессии. Профессионалов готовят с детства!

Правило № 257. Желание добиться успеха в будущем – очень сильный мотив учиться.

15 СЕНТЯБРЯ

Готовь сани летом, а билеты на новогодние представления – в сентябре.

Это просто напоминание о том, что театральный сезон начался и уже раскупают самые дешевые билеты на предновогодние шоу, в цирк, в театры. Если у вас и ваших друзей есть традиция ходить не только в баню, но и посещать другие

культурные массовые мероприятия, то время сосредоточиться. А на сэкономленные деньги купите подарки детям.

Правило № 258. Новогодний праздник мы готовим весь год.

16 СЕНТЯБРЯ

Тренинг безопасности.

С семи лет детям придется переходить дорогу самостоятельно. И хотя в районе школ, как правило, регулируемые переходы, а возле них установлены предупредительные знаки о снижении скорости, нужно не просто рассказать, но и показать ребенку, как взрослые и маленькие переходят дорогу именно в этом месте. Навыки безопасности нужны детям всегда и в любом возрасте. Этому учат только в семье.

Правило № 259. О навыках безопасности нельзя просто рассказывать. Их нужно тренировать.

17 СЕНТЯБРЯ

По ком звонит мобильный телефон?

Спасают ли наших детей телефонные звонки заботливых мам и бабушек? Скорее они вселяют в них неуверенность и отвлекают от поставленных целей. Когда мы звоним ребенку, чтобы убедиться, что с ним все нормально, мы пытаемся утешить и успокоить себя, а на самом деле передаем ему свою тревожность. Представьте, что вы звоните, когда он переходит дорогу, или отвечает на уроке, или разговаривает с одноклассником. Держа детей «на поводке» телефонной связи, мы делегируем им недоверие. Мобильная связь послужила толчком для психологической созависимости детей и родителей. Она стала инструментом контроля в руках активных мам и бабушек. Ребенку не нужно больше принимать самостоятельных решений и планировать свою жизнь!

Правило № 260. Постоянная телефонная связь между родителем и ребенком мешает формированию самостоятельного контроля действий у детей.

18 СЕНТЯБРЯ

А есть ли друзья у вашего ребенка?

Друг – это кто-то из одноклассников, у кого сходные уровень когнитивной сложности и структура ценностей. Если говорить проще, это кто-то из одноклассников, кто сталкивается с теми же проблемами, что и ваш ребенок. Друзья совпадают в комплексах, проблемах и способах их преодоления. Такова теория. На практике дети «шифруют» друг друга по способам выживания в новом коллективе и сплачиваются в спасительные команды. Мы забываем, какую трудную задачу решают, например, первоклассники. Им одновременно приходится включаться в дисциплинарную систему обучения и в новую группу.

Правило № 261. Ребенок не должен чувствовать себя одиноким и брошенным ни в одной сложной ситуации. Помогите ему вместе с педагогом сориентироваться среди одноклассников.

19 СЕНТЯБРЯ

Нужно ли ходить в детский сад?

Они мало играли до школы в ролевые игры. Тем, кому повезло ходить в детский сад, не придется радикально менять обстановку, учиться в окружении других детей, контактировать с ними, учитывать их интересы. Для некоторых домашних детей школа – это стресс! Они предпочитают держаться подальше от активных детей, чувствуют тревогу, которая может нарастать во время ответов на уроках и мешает им сосредоточиться на предмете. Конечно, дело не в детском саду самом по себе, а в том, уделяем ли мы внимание только развитию интеллекта ребенка или его личности, умению устанавливать контакт и взаимодействовать с другими людьми.

Правило № 262. Отсутствие социальных навыков повышает тревожность у детей, мешая им сосредоточиться на обучении.

20 СЕНТЯБРЯ

Понимает ли ребенок то, что читает?

Ничто так не расширяет кругозор ребенка, как чтение. Однако важно не техническое умение ребенка читать, а способность осваивать мир, изучая надписи. Малыш очень долго живет среди слов, не читая. Большинство его потребностей удовлетворяются взрослыми. Его занимает то, что происходит в поле зрения, и, как правило, рядом находится интерпретатор. Пока мышление ребенка остается конкретно-образным, у него

неизбежно будут возникать проблемы с пониманием слов. Ведь даже тогда, когда мы читаем книжку ребенку на ночь, он готов слушать (вернее – смотреть!) только красивые иллюстрированные книжки. Слова приходят на помощь тогда, когда они выполняют роль простых указателей, подсказок к визуальным дилеммам: куда идти, что за дверью, куда и зачем зашла мама, что внутри этой баночки. Поэтому лучше начинать с чтения вывесок на магазинах, клубах, театрах, рекламных щитах, надписей на продуктах, этикеток, названий книг. На этом этапе надписи выполняют роль знаков-указателей, ориентируют ребенка в пространстве. А главное, это по силам даже 4-5-летним детям, которые, не зная, может, всех букв, прекрасно запоминают названия вывесок, охотно «читают» их, когда встречаются в следующий раз.

Правило № 263. Читайте вместе с ребенком указатели и надписи, то, что ему интересно и понятно.

21 СЕНТЯБРЯ

Какой должна быть родительская реакция на детские промахи?

Не скрывайте своего огорчения и ожиданий, если вы разочарованы: «Я ожидал большего. Иногда на задание нужно тратить не час, а два», «Почему ты не попросил помощи? Мы же рядом!», «Давай посмотрим на это задание еще раз. Что было самым трудным?», «Я уверен, что дальше будет интереснее!» Как бы вы ни были огорчены, не стоит терять присутствия духа.

Правило № 264. Мы должны быть искренними в своих огорчениях, но не убивать в ребенке надежду быть понятым даже в проблемной ситуации.

22 СЕНТЯБРЯ

Не перехвалить бы...

Точно так – открыто и внятно – нужно *хвалить ребенка за удачные решения*. Напоминайте ему о прошлых достижениях, настраивайте на удачу! Иногда похвала – это аванс, а иногда – подсказка. Если вы умеете не переходить на личности, не приклеиваете людям ярлыки, то и предметом похвалы станут действия ребенка. Хвалите то, что он делает, а не его самого. Это очень просто: «Мне нравится, как ты тут придумал...», «Молодец, это интересное решение!», «Хороший ход. Умно!», «Покажи, как ты это сделал. Ну-ка, научи и меня!»

Правило № 265. Ребенок больше ждет признания от родителей, чем от учителей. Не упустите возможность похвалить его.

23 СЕНТЯБРЯ

Изменить способности, чтобы призвать работать.

Стоит измерить уровень IQ или пройти другие тесты на развитие интеллекта, чтобы оценить ресурсы ребенка, понять его способности. Это потешит ваше самолюбие. Вместе со специалистом вы сможете обсудить прекрасное будущее ребенка. Но ориентировать его нужно на постоянные и систематические усилия. Способности угасают, если их не тренировать. Это как инстинкты у животных, которые живут в зоопарке.

Правило № 266. Способности – это наши обязательства перед другими людьми.

24 СЕНТЯБРЯ

Ложная мотивация.

Одна из причин низкой успеваемости – ложная мотивация. Мы напоминаем детям, что наше самочувствие и счастье зависят от их усилий, школьных успехов. Сделать взрослых счастливыми – это слишком сложная, ответственная и... размытая мотивировка. Ни один ребенок добровольно не взялся бы за решение такой грандиозной задачи, результаты которой трудно вообразить детям с только формирующимся абстрактным мышлением. Конечно, кто-то постарается угодить маме или папе. Но разве угодичество старшему это адекватная мотивация? Разве они живут и учатся для нас? Лучше сказать: «Я опасаюсь, что если сейчас не позаниматься, в дальнейшем будут еще больше проблем», «Надо бы подтянуться!», «Давай обмозгуем этот момент!»

Правило № 267. Если ребенок учится, чтобы угодить вам, то он вырастет угодливым, а не образованным.

25 СЕНТЯБРЯ

Влияние содержимого книжного шкафа на обучение.

Есть исследования, в которых в качестве фактора, влияющего на умение читать и понимать текст, рассматривают количество книжек на полках в доме. Чем больше полочек, тем лучше результаты. Например, если перед глазами ребенка всего 5–10 книг, не стоит ждать от него серьезного прогресса в усвоении

навыка чтения. Если 30–40, ему не составит труда прочитать и пересказать сложный сюжет. Дело, видимо, не в книгах, а в иерархии ценностей семьи, в которой книги – это только метафорическое указание на роль книжного знания в жизни домочадцев. Неслучайно уровень образования в этих семьях выше. Дом, в котором растет и развивается ребенок, это символическое пространство. Место культурных ценностей в нем четко указано. Таким образом, дворянская, а потом и просто интеллигентская традиция ставить шкаф с книгами в гостиной, чтобы были перед глазами и под рукой, влияла на силу мотивации к обучению у детей.

Правило № 268. Уже сам факт расположения книг на видном месте, чтобы дети могли до них дотянуться и полистать, усиливает мотивацию обучения и готовность читать.

26 СЕНТЯБРЯ

Образование родителей и учеба.

Естественно, уровень образования и широта кругозора родителей влияют на потенциал обучения детей. Помимо особенностей речи, способности рассуждать и любознательности родители передают детям уровень интеллекта, который тоже влияет на обучаемость. Более высокий уровень образования родителей – это еще и показатель уровня притязаний, который мы подспудно сообщаем детям. Лучше учатся дети тех, кто совершил больший социально-экономический рывок.

Правило № 269. Уровень образования родителей мотивирует ребенка на обучение и как минимум повторение результата.

27 СЕНТЯБРЯ

Способность здраво мыслить помогает учиться.

Если ребенок не может рассуждать, придумывать, описывать то, что он видит, устанавливать причинно-следственные связи, то ему труднее будет научиться читать и писать. Часть смысловых связей и конструкций будет ему просто недоступна, что скажется на желании продолжать читать первоначально не очень ясный текст. У таких детей очень бедный лексикон, что также затрудняет чтение.

Правило № 270. Способность к логическим

рассуждениям у ребенка должна предшествовать умению систематически читать.

28 СЕНТЯБРЯ

Высокая самооценка – хороший старт.

Те дети, кто высоко оценивает свои способности читать, писать и считать, то есть навыки элементарной грамотности, как правило, лучше учатся. По счастью, в это время большинство детей переоценивают свои шансы, любят прихвастнуть или просто обольщаются. Но это и создает более благоприятные условия для обучения. Действительно, нет ни одного показателя, который мешал бы детям научиться читать и писать. Этому в конце концов обучаются все. Нет ни одного взрослого в окружении ребенка, который бы этого не умел. Так почему ребенок должен пасовать?

Правило № 271. В самом начале обучения вне дома родители должны поддерживать у ребенка высокую самооценку, его уверенность в том, что он обязательно освоит грамоту и арифметику.

29 СЕНТЯБРЯ

Соревновательность снижает индивидуальные показатели.

Несмотря на то что большевики постоянно говорили о роли социалистического соревнования, исследования показывают, что гонки наперегонки снижают индивидуальные показатели. Известно, что на олимпиадах участники показывают на 10–15 процентов более низкие результаты, чем на тренировках. Поэтому работа в классе или группе, да еще постоянное сравнение результатов учеников мешают максимальной реализации потенциала каждого ученика.

Правило № 272. Ориентируйте ребенка не на групповые показатели, а на собственный результат – и тогда его успехи будут выше ожидаемых.

30 СЕНТЯБРЯ

Билингвы лидируют.

Детям нетрудно жить в среде, где разговаривают на нескольких языках, как в портовых городах или мегаполисах. Наилучшая ситуация развития для ребенка складывается, если

мама и папа говорят с ним на разных языках. У детей-билингвов с самого начала формируются богатый лексический запас, вариативное мышление, особый слух. Но главное – билингвы более дружелюбно и оптимистично настроены на будущее. У них нет установки на изоляцию и недоверие, характерной для закрытых моноэтнических сообществ.

Правило № 273. У билингвов выше обучаемость и адаптивность. Если у папы и мамы разный родной язык, им не нужно этого стесняться. Стоит использовать этот шанс на особое развитие ребенка!

Октябрь. Тренинг любознательности



1 ОКТЯБРЯ

Аккуратность помогает только на первых порах.

Когда дети начинают что-то делать, мамы и бабушки уделяют слишком много внимания аккуратности исполнения. Аккуратность отнюдь не гарантирует хорошие академические показатели. Как раз среди учеников с весьма средними показателями много чистоплотных и аккуратных. А выдающиеся результаты показывают увлекающиеся, хаотически ведущие себя дети.

Правило № 274. Аккуратность создает благоприятное впечатление об ученике, но не гарантирует высоких академических достижений.

Расширяется кругозор, а аппетит приходит во время еды. Как поддержать любознательность в ребенке?

2 ОКТЯБРЯ

Фактор А: социальное расслоение снижает роль образования и мотивацию к обучению.

Произошло социальное и экономическое расслоение общества. Ревность к вещам, зависть к детям из «высшего общества» стимулируют рыночные отношения в школе. «А что мне за это будет?», «Надо дружить с Петей, у него папа банкир!», «Давай мы поменяемся: ты мне дашь списать домашнее задание, а я тебе подарю модный журнал!» В каком-то смысле торг в школе – реакция приспособления детей к атмосфере рыночных отношений в стране и в семье. Разводы, разделы имущества, взаимные упреки в низкой зарплате, тактика общения с друзьями и знакомыми из разных социальных кругов – все это дети видят, «фотографируют», «сканируют» и «копируют» с нас.

Правило № 275. Если основным фактором успеха в семье считаются деньги, ребенок не будет ценить отметки и новые знания сами по себе.

3 ОКТЯБРЯ

Фактор Б: формирование генерации детей индиго.

Перенасыщенная информационная среда расшатывает уверенность ребенка в себе. Особенно при негативном характере информации. В советское время мы узнавали только о победах и достижениях, сегодня – о жертвах терактов, пожаров, авто- и авиакатастроф. Таким образом, среди устойчивых детских страхов появились страх бедности, страх терактов, страх потерять родителей... Страх не выучить урок и получить двойку – далеко не самый яркий! Получение знаний не гарантирует более важное для наших детей физическое и социальное выживание. Они выживают вместе с нами. Поколение «психопатов» советского монументализма и прожекторства вырастило поколение невротиков постперестроечной разрухи, а они уже растят юных потребителей, которым родители хотят дать то, что не получили сами в детстве. История повторяется через поколение. Маятник в воспитании уходит из одной крайности в другую, от брошенных детей к невротической гиперопеке. Это влияет на семейный контекст и мотивацию к обучению.

перенасыщенность повышает тревожность и снижает мотивацию к обучению.

4 ОКТЯБРЯ

Кто вы – адвокат или делегат своего ребенка?

Советская традиция отношений между педагогом и родителем предполагала противостояние. Родители были адвокатами своих детей в детском саду, школе и везде. Мама оправдывала, папа защищала. Учреждения и семья находились в явной или скрытой конфронтации, в готовности предъявлять претензии друг другу. Школа нападает, родитель отражает атаку. Но эти тактики сегодня неэффективны. Педагоги и родители вынуждены дорожить друг другом. Для родителей педагог – это часто единственный помощник в воспитании ребенка, к нему нельзя не испытывать чувство благодарности. А для педагога родитель – это источник социального признания и дополнительных доходов, которые он не получает от государства уже давно. Конфронтация сменилась солидарностью.

Правило № 277. С первого дня пребывания ребенка в детском саду или школе родителю следует установить дружеский контакт с педагогом, чтобы иметь возможность обсуждать любые вопросы воспитания.

5 ОКТЯБРЯ

День учителя.

Обязательно нужно праздновать этот день и поздравлять педагогов. Родителю выгодно превозносить педагога, воспитателя или учителя всеми способами, потому что иногда это единственный помощник. Можно выделить несколько типов педагогов, о чем следует знать современному родителю, потому что и родителей можно классифицировать в том же духе. Воспитатели и родители могут подходить друг другу или нет. Легче контактировать с тем, кто разделяет представления о нормах воспитания. Есть теория личности (ее автор Эрик Берн), которая утверждает, что в каждом из нас живут три человека – Ребенок, Родитель и Взрослый. В зависимости от того, как представлено ядро личности, всех нас можно поделить на романтиков (Ребенок), реалистов (Родитель) и фанатиков (Взрослый).

Правило № 278. Поздравляя или приветствуя педагога, спрашивая у него совета или обращаясь за помощью, родители усиливают его авторитет и тем

6 ОКТЯБРЯ

Как взаимодействовать с педагогом-романтиком?

Педагогов-романтиков, как и детей, отличают высокий энтузиазм, хорошее настроение, широкие интересы и готовность действовать немедленно. Они любят приключения, играть и творить, обожают путешествовать. Их притягивает все новое, оригинальное, и наоборот – традиция навеивает скуку. Педагог-романтик занят постоянным поиском. В каком-то смысле педагогическая деятельность для него – это продолжение детства, возможность жить, подчиняясь своим интересам. Романтики от педагогики проводят массу времени с детьми. Все, что происходит с детьми, кажется им важным, интересным и достойным поддержки. Они любят учить и учиться. Как и ученики, педагоги ждут не дождутся каникул, но не для того, чтобы отдохнуть от детей, а для того, чтобы заняться с ними чем-то по-настоящему интересным! Вам повезло, если ребенок попал в класс к такому учителю, потому что только такие романтики могут вдохновить детей на подвиги, открытия, а также чрезвычайно расширить их кругозор. Впрочем, родитель, который редко приходит в школу, может никогда не узнать, какой шанс выпал его ребенку. Тем более что педагог-романтик искренне в большей мере занят детьми и не очень печется о родителях.

Правило № 279. Чтобы узнать что-то о своем ребенке от педагога-романтика, придется включаться в его инициативы, отправляться в путешествие с детьми или готовить с ними концерт. Педагог-романтик – противник педагогической рутины и демагогии.

7 ОКТЯБРЯ

Как наладить контакт с педагогом-фанатиком?

Фанатик – это педагог, который ориентируется на самые высокие стандарты педагогической работы. Фанатиком мы можем его назвать в том случае, если личная жизнь целиком подчинена профессии. В более мягком варианте он просто консерватор, который чтит правила, требования и традиции. Он своего рода постовой на страже общественных интересов, ведь помимо работы с детьми и родителями школа выполняет высокую социальную миссию – воспитание нового поколения граждан. Фанатик верно служит педагогическому делу, он почти никогда не пропускает уроки, потому что является сторонником строгой дисциплины и

иерархии в отношениях с учениками. Фанатиков своего дела мы можем видеть среди учителей старой гвардии. Очевидно, что работа педагога создает ощущение очень высокой востребованности и со временем может превратиться в психоэмоциональную зависимость от общения с учениками, даже если это общение носит негативный характер. Неслучайно отпуск у учителей больше, чем у представителей других профессий. Положительная роль учителей-фанатов в том, что они хранят педагогические и общественные традиции.

Правило № 280. Вам не удастся ничего обсудить с педагогом-фанатиком. Можно только прийти и выслушать его принципиальные соображения. Это смягчит его сердце. Но зато сильно действуют похвалы в адрес педагога, подарки и заверения наказать ребенка немедленно, то есть все то, что утверждает абсолютный авторитет учителя.

8 ОКТЯБРЯ

Как обсудить дела ребенка с педагогом-реалистом?

Реалист – педагог, у которого тоже есть мечты, но, во-первых, их не так много, как у романтика, во-вторых, они более устойчивы, можно сказать, носят характер принципов. Один из них – школа без семьи не сможет воспитать хорошего человека. Именно такие учителя и воспитатели вызывают родителей для бесед, интересуются семейной ситуацией своих учеников, привлекают родителей к волонтерской работе. Реалист успокоится тогда, когда все составляющие успешного педагогического процесса налицо: дети, родители, учителя находятся в контакте и всегда готовы друг друга поддерживать. Реалист всегда помнит, что любые педагогические новации хороши, если они формируют интерес к предмету. Но при этом не нужно забывать о классике: наши дети не должны знать меньше, чем мы, а мы получили неплохое среднее образование. Открытым считает реалист вопрос о неформальности отношений с учениками. Все-таки учитель более опытен, ответственность за образование детей лежит на нем, поэтому он и должен быть лидером. В профессии реалисты ценят опыт и компетентность, то есть профессиональные качества и общую интеллигентность. Для реалиста воспитание – марафон, каждый этап которого может складываться по-разному. Он уже видел, как ученики, которые подавали надежды и отличались ярким талантом, вдруг теряли интерес на выходе из школы, и напротив – те, кто ничем не выделялся, вдруг заняли крепкое положение и стали вполне

счастливыми людьми. Жизнь – лучший советчик и высший мудрец.

Правило № 281. Педагог-реалист будет всячески приветствовать участие родителей в воспитании и образовании ребенка. Он всегда открыт для обсуждения, считая родителя приоритетной фигурой.

9 ОКТЯБРЯ

Ярлык убивает личность.

Дурная практика приклеивания отрицательных ярлыков (троечник, неудачник, недотепа) снижает мотивацию достижения у детей. Что проку стараться, если тебя все равно будут ругать за плохие отметки? Дети обнаруживают, что в школе есть любимчики, есть изгои, есть трудные дети и есть отличники – те, кто умудряется выполнить все требования учителей. Эти ярлыки – показатель статуса ребенка в группе. Ярлыки становятся стереотипами, которые управляют поведением всех членов группы. Все знают, что Петя занимается футболом, он – спортсмен, а Маша хорошо решает примеры и задачи, она умная. Если ярлык «хороший», он напоминает ребенку о достижениях и подбадривает в трудные минуты. Если «плохой» – усугубляет ситуацию, делает ее почти безнадежной, снижая самооценку у психически подвижных детей. У детей с сильной нервной системой он повышает уровень скрытой агрессии.

Правило № 282. Приклеивание ярлыков – метод отрицательного программирования детей, формирующий у них устойчивую установку на академические провалы.

10 ОКТЯБРЯ

Противоядие против оценок и ярлыков.

Объектом оценки должен быть не ученик, а результаты его усилий. Различают отметки и оценки. Отметки, как зарубки, метки, позволяют отслеживать и нам, и самим детям прогресс в обучении. Оценки – это невидимые колпаки с надписями, которые дети носят очень долго после того, как мы водружаем их им на головы. Для кого-то это корона. Для кого-то – маска. Для кого-то – клеймо. Если мы не можем им помочь, может, хотя бы не будем подрезать крылья?

Правило № 283. Нужно убеждать ребенка, что

крайне негативные или даже оскорбительные оценки, которые дают ему другие, это проблема дурного воспитания этих людей.

11 ОКТЯБРЯ

Есть ли у него совесть? А у вас?

Чтобы оказать давление на ребенка и заставить учиться, мы иногда взываем к его совести и сочувствию. Ребенок не должен использоваться как психотерапевт, отдушина, жилетка, чтобы поплакаться. Так у ребенка сформируется огромный комплекс вины: он постоянно разрушает жизнь самого родного ему человека, мешает ему быть счастливым и радостным. Ваш ребенок будет нести гораздо больший груз, чем вы сами. И что, вы думаете, это придаст ему сил и уверенности? Мамы дорожат иногда своей репутацией вечной жертвы, заложницы неблагоприятных обстоятельств. Если честно, обстоятельства всегда против нас. И дети всегда требуют внимания и сил. Если вам трудно держаться, подумайте, кто из родных и знакомых мог бы помочь? Как организовать жизнь так, чтобы это и вам, и ребенку придавало сил?

Правило № 284. Взывая к совести, мы пытаемся оказать давление и вызвать чувство стыда у ребенка, который и так чувствует себя неполноценно в ситуациях с непонятными или невыполнимыми требованиями.

12 ОКТЯБРЯ

Они не понимают, зачем учиться.

Раньше зависимость между образованием и положением человека была очевидна. Образование требовало личных усилий в школе и семейных после школы. Потому что совмещать работу и учебу было нельзя. Учеба приравнивалась к труду. Общая атмосфера восторга перед новыми знаниями и возможностью из крестьян перейти в инженеры стимулировала и детей. Сегодня мы сами расхолаживаем их, говоря, что дело не в образовании, а в связях, не в усилиях, а в симпатиях, не в таланте ученика, а в деньгах родителя. Вот дети и делегируют нам свою мотивацию, а сами становятся кое-какими исполнителями родительских указаний и желаний.

Правило № 285. Если родители уверены, что именно они обеспечат статус ребенка, он не видит необходимости напрягаться.

13 ОКТЯБРЯ

Когда забота становится удавкой?

Они не приучены совершать усилия, необходимые для учебы, потому что в «нормальной» семье у ребенка «должно быть все». Мы опекаем своих детей, даря игрушки, приставки, компьютеры. Дети должны расти в условиях некоторого дефицита. И тогда они сами будут придумывать игры, из палочек, кубиков и пуговиц строить города, населенные необычными существами, разыгрывать сказочные сюжеты. Новые технологии при всей их кажущейся сложности построены на простых манипуляциях образами. Так мы учим детей достигать результата без физических усилий и социальных навыков.

Правило № 286. Гиперопека родителей – враг инициативы детей.

14 ОКТЯБРЯ

А если им просто неинтересно?

Им бывает просто неинтересно! Есть дети, которым интересны сложные задачи, а с простыми они не справляются именно потому, что они не соответствуют их уровню способностей. Представьте, что тяжеловесу предлагают поднять ведро воды. Он чувствует, что его принимают за идиота. Может, это случай вашего ребенка? Попробуйте не упростить задание, а усложнить его, чтобы и вы, и ваш ребенок почувствовали границы своих возможностей. В любом случае нужно заниматься дополнительно!

Правило № 287. Дети могут не проявлять интереса к учебе, потому что задания, которые им предлагают, нагоняют скуку.

15 ОКТЯБРЯ

Как заставить учиться вундеркинда?

Мы так восхищаемся нашими детьми, их способностями и талантами, что иногда им уже ничего не нужно делать: счастье, что родился такой вундеркинд! Если вы считаете своего ребенка вундеркиндом и говорите об этом на каждом шагу, ждите, что он совсем перестанет учиться. Зачем ему брать вершины, если все уже позади? Институт вундеркиндов был придуман для того, чтобы зарабатывать на феномене опережения в развитии. Но как только ребенок вырастает, к нему все теряют интерес, потому что

контраст между возрастом и способностями слабеет и скоро исчезает совсем. Вундеркинды – это рыночный феномен и рыночный ярлык.

Правило № 288. Мудрый родитель поддерживает в ребенке нормальную самооценку, напоминая о возможности существенного улучшения результатов.

16 ОКТЯБРЯ

Как все-таки заставить его учиться?

Взять ремень и выпороть, или поставить в угол на колени на гречку, или заставить эту гречку перебирать? В слове «заставить» проявляется желание строгих родителей жестко контролировать ситуацию и продавливать свои решения. Психологическое давление – инструмент суровых людей, которые выросли в условиях подчинения авторитетам и считают справедливым, когда «младший» безоговорочно подчиняется «старшему». Горькая ирония в том, в своих методах воспитания мы тоже впадаем в крайности – то нам жалко детей и мы хотим им дать свободу, то мы обнаруживаем, как они распушены, и в ход идут самые строгие методы наказания и ограничения. Это простой путь потерять контакт с ребенком. А без контакта с ним уже ни о чем не договориться...

Правило № 289. Как бы ни учился ребенок, ни при каких обстоятельствах родители не должны терять с ним контакт.

17 ОКТЯБРЯ

Широкий познавательный интерес – основа интереса к обучению.

Самый верный путь стимулировать обучение – это сформировать уже у малышей познавательный интерес к миру. «Посмотри, какой жучок», «Иди попробуй сделать это сам! Правда, здорово?», «О, как интересно... Беги ко мне!» Детское удивление и готовность пробовать необычные вещи нужно поддерживать и поощрять: «Молодец, что заметил!», «А я и не знала, что ты можешь так рисовать (застегивать пуговицы, шнуровать ботиночки, складывать игрушки)». Большинство взрослых именно так себя и ведут. Но когда ребенок подрастает, акцент перемещается на интеллектуальные достижения, а потребности Я ребенка в похвале, признании и безусловной любви начинают игнорироваться, зависеть от школьных отметок.

Правило № 290. Ребенок, родители которого не гасили, а поощряли его любопытство и исследовательскую активность, будет опережать своих сверстников в обучении. Ему все интересно без дополнительной агитации.

18 ОКТЯБРЯ

На что же ориентироваться?

Чтобы не сбиться с пути, *ориентируйтесь на чувства ребенка*, начинайте выяснять ситуацию с декларации чувств. Давайте ребенку обратную связь: «Я вижу, ты расстроен. Еще бы!», «Я тебя понимаю. Похоже, ты сделал все, что мог в той ситуации», «Мне тоже не все равно», «У тебя горят глаза от счастья. Ну-ка, похвастайся!»

Правило № 291. В погоне за академическими успехами детей мы рискуем оскорбить их чувства и обмануть надежды.

19 ОКТЯБРЯ

Размах воображения ребенка – показатель креативности.

Воображение – это навык, который активно формируется до школы. Умение создавать образы и манипулировать ими предшествует мышлению. Это на первый взгляд кажется, что воображение может унести ребенка далеко от реальности, помешает постигнуть жизнь, мир вокруг. Между тем анализ результатов детского творчества показывает, что дети с самого начала пытаются ухватить суть предметов, отношений между ними, важные детали. Знаменитый режиссер Сергей Эйзенштейн, автор теории монтажа, демонстрировал рисунок мальчика под названием «Затопить печь» как образец идеального монтажа. На рисунке на первом плане был изображен большой четырехугольник – коробок спичек, а за ним фоном – печка. Ребенок четко выделил главный элемент действия – спички, с которых начинается растопка печи.

Правило № 292. Воображение предшествует абстрактному мышлению.

20 ОКТЯБРЯ

Искажения в свою пользу.

Поскольку воображение ребенка отличается прагматичностью,

антропоморфностью, анимизмом, оно то и дело продуцирует искаженные образы. Справедливости ради нужно сказать, что исследования восприятия детей старшего возраста и уже взрослых людей показывают, что разного типа искажения преследуют нас всю жизнь. Например, оценивая возраст незнакомого человека, мы по-прежнему меряем его по отношению к своему возрасту. Детям почти все взрослые кажутся старыми. А тридцатилетним старыми кажутся пятидесятилетние. Взрослые люди склонны приближать рост, возраст, вес другого человека и даже его уровень образования и пристрастия к своим, несмотря на то, что все эти характеристики могут быть измерены. Например, девушка 27 лет может считать сверстниками и 21-летнего парня, и 35-летнего мужчину, если тот и другой ей нравятся. Как и мы, дети склонны исказить мир в свою пользу.

Правило № 293. Не бойтесь отклонений в воображении детей. Так они экспериментируют с реальностью.

21 ОКТЯБРЯ

Асимметричность опыта.

У маленьких детей можно наблюдать такое фундаментальное свойство памяти, как амбивалентность, двухполюсность. Оно состоит в том, что одно и то же событие может оцениваться как положительное (со знаком плюс) и отрицательное (со знаком минус); в зависимости от того, какие чувства вызывает предмет или человек, зависит полнота воспроизведения. Положительные образы более устойчивы и точны, потому что человеку важно сохранять и опираться на положительный опыт. На этом этапе развития стоит пожелать адекватности не детям, а их родителям.

Правило № 294. Не учитывая особенностей детского воображения, мы мешаем им развиваться.

22 ОКТЯБРЯ

Говорят о том, чего не понимают.

Особенность современной ситуации развития ребенка в том, что дети начинают понимать и знают больше, чем умеют произнести или объяснить. Они растут в информационно насыщенной среде, среди телевизоров, компьютеров, радио. Кто-то должен все это прокомментировать ребенку, чтобы снять напряженность, стресс неизвестности, научить грамотно произносить слова и строить предложения. Если такого взрослого

нет, ребенок будет справляться сам, застревать на уровне простых манипуляций с предметами, образами. Четырехлетний ребенок может виртуозно манипулировать курсором или джойстиком, но не сможет объяснить, чем он занимается. Логопеды бьют тревогу, потому что у детей все чаще не сформирована даже артикуляция, то есть они говорят нечленораздельно, непонятно, хотя умственное развитие у них в пределах нормы. Период, когда значения, суть вещей, которые открывает ребенок в процессе экспериментирования, облачаются в прекрасные словоформы, занимает несколько лет. Наверстать упущенное за десяток походов к логопеду не удастся. Чудес не бывает. Вот вам еще одна страшилка и повод всячески приветствовать речевые эксперименты детей, стимулируя развитие и речи, и мышления.

Правило № 295. Если ребенок много говорит, используя богатый словарный запас, это не значит, что у него развито мышление и что он понимает то, о чем рассуждает.

23 ОКТЯБРЯ

Парадокс белой обезьяны.

Все люди мечтают о трех вещах – невозможном, запрещенном и опасном. Именно поэтому родителям трудно рассказать о своих детских фантазиях. К тому же реализованная мечта переходит из разряда фантазий в разряд законченных историй, которые по законам памяти забываются, так как теряют всякую актуальность. Как это ни парадоксально, но родительские запреты и предупреждения стимулируют фантазию. «Никогда не думай о белой обезьяне!», «Забудь о том, чтобы гулять в такую погоду!», «Я запрещаю тебе дружить с этим мальчиком!», «Если не будешь меня слушаться, мы не пойдем в зоопарк!» Вы думаете, что ребенок будет теперь стараться и слушаться? Он будет мечтать о зоопарке, дружбе с плохим мальчиком, прогулке под дождем и встрече с белой обезьяной.

Правило № 296. Активно запрещая что-то, мы именно это и стимулируем.

24 ОКТЯБРЯ

О чем еще мечтают дети?

Дети мечтают о том, чтобы вырасти и делать все, что захочется. А хочется детям вот что:

- посмотреть, как живут в других странах, и, может, там

поселиться, если уж «в этой стране сплошной бардак»;

- подружиться с необыкновенными людьми и заняться вместе с ними чем-то интересным, если уж родители уныло «пашут день и ночь»;

- заработать много денег, чтобы купить все, что захочется, для себя и для родителей, чтобы не жаловались и не ныли как маленькие;

- спать и есть, когда и с кем захочется, а не тогда, когда придумали взрослые;

- никогда не болеть и никогда не умирать – придумать наконец такую таблетку;

- приобрести компьютер и играть в самые интересные игры на свете;

- жениться на самой красивой актрисе; выйти замуж за очередного английского принца или хотя бы за милого соседа дядю Витю – он все равно разводится;

- стать самым умным, самым богатым и самым хитрым, чтобы получить премию и чтобы потом ее не отняли.

Это грезы об идеальном мире, таком, каким он должен быть. Методы достижения идеалов подсказывают сказки – волшебство и редкая удача. А также помощь людей с необыкновенными способностями.

Правило № 297. Идеалы и мечты вдохновляют нас на подвиги. Они мобилизуют нас в период трудностей. Они ориентируют нас в событиях и людях. Они расширяют наши горизонты.

25 ОКТЯБРЯ

Как мы делимся с детьми своими мечтами?

Что мы обычно говорим детям? «Я тоже мечтал, когда был маленький, ну и что? Потом жизнь научила, пообломала...», «Хватит фантазировать, лишь бы ничего не делать!», «А кто будет платить за твои фантазии?» А если это так, то наши дети готовы выслушать что-то совсем другое. «Когда я была маленькой, я хотела переехать в большой город. И вот я здесь!», «Когда я была маленькой, я мечтала выйти замуж за необыкновенного человека, чтобы родить необыкновенного ребенка. Вот такого веселого, конопатого. Пожалуй, вышло даже лучше! Я и мечтать о таком не могла!» Взрослые, мечты которых сбываются, очаровывают и переходят в разряд волшебников – тех самых необыкновенных людей, с которыми хочется заняться чем-то по-настоящему интересным.

Правило № 298. Поделитесь с ребенком своими детскими мечтами. «А вышло еще лучше!»

26 ОКТЯБРЯ

Основной мотив жизни.

Дети любят сказки, необычные истории. Но больше всего дети любят, когда им рассказывают про них самих. Познать самого себя – это вообще основной мотив жизни. Никто не интересуется человека так сильно, как он сам, хотя узнает он о себе через взаимодействие с другими людьми, свои привязанности, реакции, наблюдения. Прежде всего нужно рассказать ребенку историю его замечательного рождения. Никаких сперматозоидов и яйцеклеток! Дети хотят услышать, как сильно их ждали, как родители мечтали о сыночке или доченьке и готовили игрушки, как папа купил ванночку и нес ее на себе через весь город, потому что в трамвай не пустили. Как мама слушала музыку, чтобы малыш спокойно спал в животике. Как папа этот животик гладил и прикладывал к нему ухо. «А что я сказал?» – «Ты сказал: папа, иди спать! Не подслушивай!» Эти воспоминания и придумки дети готовы слушать сотни раз, именно они – прямое подтверждение того, что их сильно любят, причем давно, с самого начала.

Правило № 299. Чтобы развивать интерес ребенка к миру, рассказывайте ему о нем самом. Дети любят слушать истории про себя.

27 ОКТЯБРЯ

На что еще обратить внимание помимо самого задания?

Занятие должно быть достаточно сложным, чтобы захватывать внимание ребенка, и достаточно интересным, чтобы ребенок не отказался от него, пока не закончит.

Что бы мы ни начинали делать вместе с ребенком, цель нужно четко обозначать. «А сейчас мы нарисуем домик, в котором будет жить зайчик», «А сейчас из песка мы построим дворец для принцессы», «А сейчас из желудя мы сделаем Лошарика!»

Предвосхищать стоит не только цель, но и чувство удовлетворенности от сделанной работы, уровень личных достижений ребенка. «И кто же это сделает? Неужели ты?! Ты сможешь? Молодец! Это трудная игра, но я вижу, что ты готов снова стать победителем!»

Стоит психологически подготовиться к заданию. «Ну-ка, пальчиками подвигаем, на месте попрыгаем. Мы готовы к большой работе? Готовы!»

Чтобы поощрять самостоятельность, стоит делегировать как можно больше действий самому ребенку. Можно использовать уловки вроде: «А давай я отвернусь, закрою глазки. А потом – раз! – и посмотрю, успеешь ли ты сделать пирамидку? Ну-ка, успеешь или нет?», «Давай я посчитаю до пяти, а ты постарайся убрать со стола посуду», «А давай ты будешь складывать игрушки в коробку, а я – мыть посуду. Кто первый?»

Конечно, не забывайте о том, что ребенку нужно самому научиться контролировать свои действия. Поэтому стоит во время заданий или игр спрашивать: «Ну как ты? Что ты делаешь сейчас? А, понимаю, это колеса для машины. Очень важная деталь! А что еще очень важно?»

После завершения работы нужно оценить и результат, и личные достижения ребенка. «Получилось! По-моему, это лучшее из того, что ты уже сделал. Тебе понравилось работать? Это нужно поставить на видное место, чтобы все видели, что ты уже умеешь делать! Давай расскажем бабушке, как ты работал и что получилось!»

Правило № 300. Мало дать задание ребенку, нужно предвосхитить вклад ребенка в исполнение этого задания.

28 ОКТЯБРЯ

Без энтузиазма и труда не выловишь и рыбку из пруда.

Если мы отвлекаем ребенка от его занятия, не обращая внимания на усилия и достижения, фантазию и усердие, он будет расти с ощущением своей второстепенности. Нужно уметь очаровывать детей работой, заражать удовольствием от усилий, удовлетворением от результатов, демонстрировать благодарность и признание. Энтузиазм – это избыточная готовность к сложной деятельности. Трудно предположить, сколько сил и времени потребуется на достижение цели. Если от первого нарисованного портрета предстоит пройти путь до персональной выставки, то представляете, сколько энтузиазма нужно проявить за эти годы? Но даже если взять простой рисунок, он может не получаться – не окажется карандашей нужного цвета, карандаш может сломаться, бумага не выдержать нажима, линии пойдут неровно, а детали портрета просто не поместятся на листе. Бросит ребенок в сердцах работу, устроит истерику, попросит о помощи, потянется за новым листом бумаги или пообещает нарисовать отличный портрет завтра? Самая простая и привычная деятельность сложнее и полнее, чем «просто взять и нарисовать». Чаще всего мы и показываем детям более простые способы, упрощенные

схемы. Возможно, потому что и нам не сообщили большего? Не дети плохо обучаются – мы пока плохо обучаем.

Правило № 301. Заражайте энтузиазмом ребенка, который взялся за дело.

29 ОКТЯБРЯ

Сложный мир – сложное взаимодействие.

Если ребенок все время бросает занятие, не завершив, у него не сформируется чувство готовности к сложному взаимодействию с миром. Он будет расти неуверенным. На вопрос: «А ты сможешь сделать это?» он тревожно будет отвечать, даже когда вырастет: «Не знаю!», «Не уверен!», «Мне нужно подумать». Уверенный ребенок ответит: «Да!», «Сумею!», «Смогу!» Осторожный ребенок спросит: «А можно попробовать?» Точно так самоуверенный взрослый человек говорит: «Я смогу! Я смогу, хотя пока не знаю как!» Это означает: «У меня хватит энтузиазма, чтобы найти решение самому или привлечь эксперта (попросить помощи взрослых)!» Осторожный человек попросит попробовать, чтобы оценить степень своего интереса к решаемой задаче. Нам нравятся самоуверенные люди за их позитивный настрой, энтузиазм и готовность действовать. Давая однозначный ответ «Да!», они снимают с нас груз неопределенности и ответственности за принимаемые решения. Ведь часто задача не столько требует больших эмоциональных и познавательных усилий, сколько угнетает неопределенностью своего статуса: а нужно ли это делать, а что нам за это будет? Но сами мы предпочтем осторожный оптимизм – выполнять задачу, которую ставит другой человек, не всегда интересно. Интересно самому ставить задачи и решать их с энтузиазмом. Опыт неизбежных неудач и промахов скорректирует высокую уверенность и сделает нас уверенными. Но начинать лучше с энтузиазма и воодушевления, иначе первые неудачи остановят напор живого интереса.

Правило № 302. Формируйте у ребенка готовность к сложной, но интересной работе.

30 ОКТЯБРЯ

Девочки опережают и лидируют, но марафон выигрывают мальчики.

Разговор об аккуратности имеет прямое отношение к вопросу о том, как мы поощряем девочек к обучению, хваля их за

аккуратность больше, чем за оригинальность решений. Девочки больше мальчиков склонны воспроизводить социально-желательные стандарты в поведении и обучении, поэтому в целом они лучше и старательнее учатся.

Немаловажным оказывается и то, что педагогический состав в основном женский. Но в дальнейшем более «неряшливые» мальчики, которым никто не мешал следовать за своими интересами, выходят в лидеры. Правда, происходит это чаще всего уже за пределами школы.

Правило № 303. Девочки более успешны в детском саду и школе. Мальчики – в жизни.

31 ОКТЯБРЯ

Внутренний интерес сильнее внешнего давления.

На темпы и уровень усвоения навыков и знаний влияет и характер мотивации. Дети быстрее усваивают то, что им интересно, и хуже то, что просто нужно для общего развития. Внутренний интерес может привести в дальнейшем к выбору интересной профессии. Внешне заданный интерес, нацеленность на предлагаемый стандарт развивают конформизм и ориентацию на средние результаты.

Правило № 304. Лучше, чтобы внутренняя потребность учиться лежала в основе обучения.

Ноябрь. Тренинг креативности



1 НОЯБРЯ

Не все показывают устойчивый интерес к обучению.

А что если ребенку вообще неинтересно ничего из того, что предлагают в школе? Нужно ли на него махнуть рукой? Нет, потому что «принудительное» обучение может помочь ребенку найти то, что ему интереснее всего. Даже выбрав любимые предметы, дети в разной степени готовы осваивать всю программу. Наконец, дети могут устать в середине года, ревновать к успехам других учеников, разочаровываться в преподавателе. Нужно, чтобы прошло несколько лет и у ребенка развилась способность учиться как таковая. И тогда его академические результаты будут зависеть от навыков обучения, а не от изменчивой мотивации или ситуационных факторов.

Правило № 305. Одна из задач школы – научить ребенка учиться: систематически, с интересом и нацеленностью на результат.

Мало накапливать знания, нужно еще и совершать открытия!

Сколько правильных решений у задачи?

Multitasking (англ. – многозадачность) – это новый уровень способностей современного ребенка, который делает одновременно несколько дел за счет переключаемости и высокой скорости исполнения, ставшей возможной благодаря развитию техники. Каскад окон программ в компьютере напоминает десятки станков Паши Ангелиной – ткачихи первых советских пятилеток. Теперь мы все – многостаночники. Скорость и количество вытесняют скрупулезность и качество исполнения. Но предъявляют особые требования к принятию решений и планированию. Выбор становится главным умением современного человека. Но прежде чем совершить выбор, нужно его увидеть. На первом этапе планирования следует продемонстрировать ребенку различные варианты решения одной и той же задачи. Дом можно строить из разных материалов. Ребенок может возводить его из кубиков, конструктора Lego, домино, других подручных или природных материалов. Как лучше?

Правило № 306. Ищите вместе с ребенком несколько вариантов решения одной и той же задачи.

3 НОЯБРЯ

Сравнение – основа выбора.

На втором этапе нужно помочь ребенку сравнить варианты, обнаружить критерии для сравнения, основные свойства конструкции дома. Что важнее – чтобы домик был теплый? Красивый? Надежный? Большой? Почему? Расскажите сказку про трех поросят – там как раз про надежность дома. Или сказку про терем-теремок – там важно, чтобы домик был просторный и всем хватило места. А почему у птиц домики так высоко? Может, и нам нужно строить дома на дереве, как гнезда? Нет, у нас нет врагов-хищников. Тогда, может, нужно рыть норки, как мышки? Нет, там темно, и мы не сможем видеть друг друга, нам не хватит воздуха, чтобы дышать, наконец, в земле холодно. Теперь понятно, почему люди строят большие, просторные, крепкие многоквартирные дома – для всех и надолго!

Правило № 307. Подсказывайте критерии для сравнения и выбора между разными возможностями.

4 НОЯБРЯ

Технология против человека?

Любая техническая задача может быть «очеловечена», если рассказать истории, связанные с вещами, предметами, машинами... Например, все мальчики любят играть в машинки. Но на некоторых машинах ездят герои, на некоторых – врачи, на некоторых – пожарные, а еще есть полицейские, спортсмены, артисты. Многообразие автомобилей отражает разные образы и уровни жизни людей, среди которых живет ребенок. Если за машинами видеть людей, многие задачи будут решаться однозначно. Выбирая машину, нужно понимать, какие «человеческие» задачи будут решаться, кто и куда будет ездить на этой машине. Иначе даже став взрослой, ваша дочка будет мечтать о длинном лимузине для поп-звезд, в то время как ей подойдет небольшая спортивная машина. Или ваш мальчик, когда вырастет, построит дом с десятью спальнями, еще даже не присмотрев невесту. Технологическая революция, быстрое развитие техники, мобильной и компьютерной связи вынуждает нас впадать в очарование перед техническим прогрессом и переоценивать значение техники в нашей жизни. На самом деле только сам человек решает, что и зачем ему нужно.

Правило № 308. Техника увеличивает возможности, но не заменяет людей.

5 НОЯБРЯ

Всегда есть как минимум три выхода, но устремляются только к одному. Это и губит.

Даже в старых сказках у героя есть как минимум три выхода: пойти прямо, пойти налево, пойти направо. Этот выбор обеспечивает выживаемость и успех. Но все-таки три варианта – не так уж много. Лучше семь или девять – столько, сколько поместится в оперативной памяти. Думаю, их даже больше, потому что цивилизация идет постоянно по пути увеличения количества выборов. А мы продолжаем вести себя так нервно, как будто сейчас все закончится и не хватит на всех. И детей задержали: «Если не сделаешь то, что я прошу, я никогда больше не возьму тебя с собой!», «Думай, думай головой! А то ничего не получишь». В общем, шаг влево, шаг вправо – расстрел на месте. Наверное, сказывается советское прошлое – стояние в очередях, тотальный дефицит и бедность.

Правило № 309. Мы сужаем свои возможности сами, когда устремляемся туда, где все ведут себя

коллективно и стереотипно. Ребенок не должен бояться отстать, опередить или остаться на время в стороне от коллективного марша энтузиастов.

6 НОЯБРЯ

Как спастись от монотонности и скуки?

К выбору нужно приучать ребенка как можно раньше, всячески поощряя его, надо с пониманием относиться к его неизбежным промахам или необоснованным решениям. Стоит формировать в нем установку на многовариантность. Современному ребенку на помощь придет и компьютер, который работает в нескольких режимах. Но некоторые аспекты жизни по-прежнему требуют точности. Они связаны со здоровьем и безопасностью (спички, балкон, лекарства, ножницы и т. д.). Но все, что не входит в список «Нельзя», можно делать творчески, по-разному. Даже зубы можно чистить то красной щеткой, то оранжевой, а тапочки можно разворачивать к окну или к кровати. Даже ложку можно держать сверху (по-деревенски, как будто она деревянная) и снизу – как аристократы, как будто она из фамильного серебра. И так далее. Несмотря на большие возможности разнообразить жизнь, мы живем как мноманы, изо дня в день, из года в год повторяем одно и то же одним и тем же способом. Разнообразие нужно хотя бы для того, чтобы избежать усталости от монотонности. Если купить ребенку новые карандаши, он с большим энтузиазмом бросится рисовать. Новая игрушка всегда вдохновляет еще и потому, что каждый новый предмет увеличивает количество комбинаций в игре.

Правило № 310. Вариации помогают преодолеть усталость от однообразия.

7 НОЯБРЯ

Сколько предметов поместится в голове? Тренируйте память.

Чтобы совершать выбор и составлять удачные комбинации, нужны хорошо тренированная оперативная память и развитая избирательность внимания. Обычный объем памяти – классическое число 7 плюс-минус 2. Предполагается, что ребенок 5–6 лет может запомнить с первого раза четыре предмета, не нарушая последовательности, а ряд из семи предметов – за три попытки. При этом ребенку нужно не только называть, но и показывать на картинках предметы. И конечно, нельзя использовать абстрактные понятия вроде «надежда», «космос»,

«поездка». Дети очень любят игру в запоминалки. Еще один прием тренировки оперативной памяти – расположить несколько игрушек или предметов на столе, попросить ребенка посмотреть на них пять секунд (считать будете вслух), а потом отвернуться и, не подглядывая, назвать их. А можно накрыть предметы листом бумаги или платком. Фундаментальный закон памяти: то, что становится предметом манипуляций, взаимодействия, деятельности, запоминается практически навсегда.

Правило № 311. Мы знаем только то, что помним.

8 НОЯБРЯ

Обратите внимание на внимание.

Внимание можно тренировать методом исключения. Вы просите ребенка внимательно посмотреть на набор предметов на столе, а потом что-то прячете и предлагаете обнаружить пропажу. Чтобы помочь ребенку запомнить, нужно научить его и другим мнемическим приемам. Для этого используются символы, знаки, маркеры, зарубки и узелки. Если не только произнести десять слов для запоминания, но и дать ребенку лист бумаги, чтобы он нарисовал, пусть и схематично, названные предметы, он сможет с помощью своей шпаргалки воспроизвести все десять слов, причем не нарушая последовательности! В 6 лет уже можно рассчитывать на группировку или сюжетность мышления. Группировка состоит в том, что сходные предметы группируются, мысленно раскладываются на классы – и запоминаются уже целые группы. Например, в ряду слов или в наборе предметов есть яблоко, груша и слива. Все они «складываются» в одну категорию – «фрукты», и запоминается всего одна категория, но состоящая из трех предметов. Чтобы пометить что-то самое важное, тренировать избирательность внимания, можно просто завязать красную ленточку. Например, ребенок должен взять в детский сад поделку, которую он приготовил еще в выходные, – повяжите ленточку, чтобы утром он обратил внимание на поделку. А в следующий раз предложите ребенку сделать пометку.

Правило № 312. Мы помним только то, на что обращаем внимание и что вызывает у нас интерес.

9 НОЯБРЯ

Зачем копать в старье?

Дети могут жаловаться на то, что родители их обижают, ограничивают, не покупают то, что им хочется. Чтобы они не

чувствовали себя обделенными, стоит напоминать о самых радостных минутах жизни, когда мир точно принадлежал им. Чем покупать новые игры и вещи, стоит хотя бы раз в год провести ревизию накопившихся вещей, сложенных в ящике, или заброшенных на антресоль, или спрятанных на балконе.

Обнаружится, что:

- игрушек так много, что они едва помещаются в ящике;
- некоторые игрушки забыты и воспринимаются как новые;
- среди старых игрушек есть любимые; их тут же спрячут в карман или под подушку;

- немедленно захочется поиграть в старые игры. Все недоступное обычно идеализируется; дети тоже испытывают ностальгию;

- предложение подарить хотя бы часть старых игрушек вызовет сожаление;

- ребенок попросит оставить ящик на ночь в спальне. И заснет потом самым счастливым сном.

Существенная часть наших возможностей начиная с детства содержится не в будущем, а в прошлом.

Правило № 313. Разберите старый ящик с игрушками. Это напомнит ребенку о его богатых возможностях, которыми он обладал с самого младенчества.

10 НОЯБРЯ

День домовенка!

Старые игрушки вполне могут использоваться на новый лад, служить материалом для детских игр. Среди героев «Улицы Сезам» есть Оскар, который живет в мусорном баке. Он не попал в российскую версию программы в качестве ключевого персонажа, потому что синонимы наших мусорных баков – «помойка» и «грязь». Мы изо всех сил ограждаем детей от таких мест, боимся, что они принесут оттуда какую-то заразу, а тут предлагается поселиться с героем в рассадник микробов и бактерий. Американский мусорный бак не содержит объедков, а только сухой мусор, обломки, сломанные вещи, из которых можно смастерить что угодно. Это ближе к нашему старому ящику, в котором «на всякий случай» хранятся старые вещи, которые вышли из моды, немного износились или сломались. В этом и был смысл персонажа Оскара. В отечественном фольклоре есть другой персонаж – домовенок. Он охранял домашний очаг, а заодно и старые вещи. Его и можно попросить посторожить вещи, а вместе с ними – наши воспоминания и мечты. Два раза в год, во

время генеральных уборок, рекомендуется объявлять День домовенка!

Правило № 314. Креативность – это способность ребенка использовать игрушки на новый лад.

11 НОЯБРЯ

Рифма – это то, что звучит похоже.

Все рифмуется, если быть внимательным и не отмахиваться от жизни. Рифма – это удивительное созвучие, сходство событий, людей, вещей. Не буквальное, один в один, а по существенным признакам или в важных деталях. Вы же знаете этот эффект дежавю, когда кажется, что ты уже был в этом месте. А иногда обнаруживаешь, что приснился старый сон. Или вдруг обозначаешься на улице... Радостное узнавание сродни облегчению: со старыми знакомыми легче договориться. Сходство событий содержит в себе ключ к поведению. Пришли в зоопарк, значит, будет тигр, потому что в прошлый раз он был. Нужно искать тигра! «А где тигр?» – спрашивает вдруг разочарованно ребенок, обойдя весь зоопарк. «Какой тигр? А, так это другой зоопарк, ребенок!» Придется объяснить, что в некоторых зоопарках нет тигров. И все? Нет, похвалите ребенка за наблюдательность и поговорите о тигре. Почему он запомнил тигра? Потому что он страшный? Потому что он красивый? «Потому что он спал!» Все не спали, бродили по клеткам, а тигра никто не разбудил, вот ребенок его и запомнил. Тигр выпал из общего ряда. Когда мы помогаем ребенку прояснять образы, объяснять свои впечатления, обосновывать свою точку зрения, мы развиваем его воображение и мышление. Воображение – потому что приходится сравнивать в уме. Мышление – потому что ребенок учится выстраивать логические зависимости. Логика до 3–6 лет у детей не формальная, от простого к сложному, от общего к частному, а ассоциативная. События, люди, предметы сочетаются на основании того, какую роль они играли в жизни самого ребенка. Дети – эгоцентрики, весь мир крутится вокруг них, а все, что вне круга досягаемости, пока ими не сочетается. Это нормальная фаза развития. И очень важная. Потому что именно тогда закладывается ядро будущей личности, формируются ее предпочтения, пристрастия, индивидуальные ассоциации, прообразы, которые будут влиять на последующие выборы. Поэтому прояснить ассоциации, усилить их или, наоборот, ослабить несущественные, усложнить или упростить ассоциативные ряды – значит помочь ребенку структурировать его первый яркий опыт.

Правило № 315. Рифмуйте вместе с ребенком впечатления, события, людей.

12 НОЯБРЯ

Как научить ребенка различать лица?

Умение находить сходное и различное в лицах людей – важный физиогномический навык. Обратите внимание на портреты, которые рисует ребенок: насколько подробно они изображены? Есть ли на лицах брови, обозначены ли цветом щеки, пририсованы ли уши? Заметил ли ребенок что-то особенное? Различает ли он цвет волос и глаз? В 3 года дети акцентированы на сходстве всех со всеми, но уже делят людей на «дядей» и «тетей», «мальчиков» и «девочек», «бабушек» и «дедушек», то есть очень грубо, с преувеличением воспринимают возраст. То же самое и с ростом. Все взрослые им кажутся или высокими, или нормальными, потому что в качестве точки отсчета дети выбирают себя, а смотрят они на нас снизу вверх. В 4 года они могут замечать сходные черты – цвет глаз, родинки, характерную улыбку или выражение лица, отличать злых людей от добрых. Для психологического выживания детей это очень важное умение – ориентироваться на чувства родителей и взрослых, которые находятся рядом. Если они чувствуют угрозу, исходящую от нас, то им становится страшно и они стараются поскорее удалиться, спрятаться, «лечь спать». Эту восприимчивость, наблюдательность и способность различать чувства по лицам, сравнивать их по важным для благополучия самого ребенка признакам можно тренировать, развивать, поддерживать. Именно в этом возрасте ребенок становится интуитивным, эмпирическим психологом и следопытом. Можно поступить обратным образом: предложить ему составить «фоторобот» знакомого человека и описать его, а потом нарисовать с его слов. Похож? Пусть теперь нарисует сам. Сравните ваши рисунки! Восприятие человека ребенком осложнено тем, что он не знает, «как это работает». Ведь даже великие скульпторы вначале ощущивают лица, а потом их лепят.

Правило № 316. Описывая лица других людей, обращайтесь внимание ребенка на детали.

13 НОЯБРЯ

Зачем ребенку космос?

Помимо психологического Я у ребенка есть еще Я социальное и Я космическое. Психологическое Я отвечает за индивидуальные

ощущения ребенка, его переживания и мысли. Социальное Я – это его отношения с другими людьми. Космическое Я открыли совсем недавно, оно отвечает за связь каждого человека с самого рождения со всей Вселенной, с космосом, который был до того, как возникло человечество, и переживет его. Небо, звезды, бесконечность – часть нас самих. Можно сказать, что это самая важная человеческая проекция!

Какая перспектива открывается перед взором? Смотрит человек вверх или вниз, чувствует ли он, как летит либо как барахтается и задыхается в тяжелых водах? Величина перспективы определяет жизненную стратегию и масштаб мировоззрения. Ребенок со слабым космическим Я не может быть успешным. Если даже он от природы талантлив, но перспектива его очерчена замочной скважиной или периметром комнаты, талант будет погребен в саркофаге маленького Я. До сих пор идеалы человека мы черпаем из эпохи Возрождения. За спиной героев тех полотен открывается бесконечная перспектива – и тогда, когда они украшают купола, и тогда, когда просто загадочно улыбаются.

Правило № 317. Расширяйте кругозор ребенка до масштабов Вселенной.

14 НОЯБРЯ

Как отправиться в космос?

Человек с потерянной перспективой неизбежно впадет в депрессию, чувствует одиночество вселенского масштаба, беспричинную грусть. Связь с космосом осуществляется через гармонию с природой, стихиями – землей, водой, воздухом и огнем (солнцем). Нет универсальной пропорции, ребенок должен научиться поддерживать свою связь с Вселенной сам, интуитивно. Люди, которые умеют общаться со своим космосом, спокойны, уверены, открыты, радостны. Практики медитации, молитвы, сокровенного молчания позволяют уравновесить, гармонизировать свои отношения с космосом. Прогулки на природе, по берегу океана, созерцание прекрасного горизонта, прослушивание сложной классической музыки, возвышающей до небес, близость к могучему водопаду в не меньшей мере восстанавливают нашу самую глубокую связь с миром. Они напоминают нам об истинном масштабе человека, заданном от природы.

Вот почему общение детей с природой так важно. Известно, что на улице, под открытым небом, дети чувствуют себя более спокойными и довольными, чем в закрытых пространствах

(например, в квартире). Некоторые из них блаженно засыпают только на свежем воздухе. У детей восстанавливается аппетит, поднимается настроение, они становятся более контактными и любопытными. Они реже расстраиваются. А еще дети любят рассматривать небо – как падают звезды, как пролетают самолеты. Было бы здорово переночевать с ребенком под открытым небом на берегу моря-океана, на перекрестке всех стихий. И вместе встретить рассвет...

Правило № 318. Укрепляйте космическое Я ребенка. Как он поверит в бесконечность своих возможностей, если даже не знаком с этим захватывающим ощущением бесконечности?

15 НОЯБРЯ

Как не потеряться в бесконечном мире возможностей?

Один из соблазнов современного человека – иллюзия проживания нескольких жизней. Малыши смотрят на жизнь широко раскрытыми глазами. В детстве всего хочется, и многое кажется возможным. Эта жадность к многообразию эксплуатируется в компьютерных играх, когда взамен за одну жизнь можно выбрать другую. Еще прежде Кощей Бессмертный обладал бесконечным количеством жизней, заткнув за пояс доктора Фауста. Но то, что возможно в сказке, невозможно в реальности. Это обязывает нас внимательно относиться к своим поступкам, высказываниям, планам. Помогут идеалы, образцы, которые детям покажутся наиболее привлекательными.

Правило № 319. Формируйте идеалы и предлагайте ребенку примеры прекрасной жизни, чтобы они не потерялись в потоке жизни, чтобы ориентироваться на них, как на маяки.

16 НОЯБРЯ

Детские вопросы о вечном.

Нельзя с ребенком избегать разговоров о метафизических вопросах – о Боге, о происхождении планет, человека. О том, как все закончится. Вне зависимости от религиозной принадлежности ребенок должен понимать, что есть такие таинства, на которые человечество потратило тысячи лет. На вопрос, есть ли Бог, стоит ответить, что есть. Будь он сакральным персонажем или мифом о Боге, он есть, потому что это помогает людям выдерживать беды. Бог – это прежде всего помощник. Ребенок сам еще чувствует себя

слабым, поэтому новость о том, что кто-то помогает всем, волшебным образом узнавая, где кто находится, очень ему понравится. Идея Бога придает нашей жизни третье, символическое измерение. Не понимая, где добро и зло, нельзя принять ни одного важного решения.

Правило № 320. Человечество создало и отшлифовало мифы о происхождении и судьбе всего живого и сакрального, чтобы даже ребенок мог их понять.

17 НОЯБРЯ

Знакомьте ребенка с культурными кодами.

Чтобы ребенок жил укорененным в культуре, нужно постепенно прививать ему чувство красоты и многогранности человеческих отношений. Хранилищами культурных кодов, традиций, подходов, течений являются музеи изобразительных искусств. А не «Макдоналдс»! Необязательно давать историческую справку.

Правило № 321. Главное, что дети выносят из визитов в музеи, – чувство красоты!

18 НОЯБРЯ

Виртуальная жизнь.

В компьютерных играх тренируется ряд важных навыков, они, безусловно, стимулируют любознательность. Но очень важно, чтобы ребенок различал условные миры, где все происходит понарошку и возможно все что угодно, и реальные миры, в которых живут люди со своими интересами, желаниями и мечтами и игнорировать которые не удастся.

Правило № 322. Компьютер расширяет горизонты в пределах кругозора создателей программ. Различение реального и виртуального становится особым навыком. Реальность – это то, у чего есть температура, вкус, запах.

19 НОЯБРЯ

Почему компьютер побеждает родителей?

До поры до времени родителей устраивает то, что дети тихо сидят у себя в комнате, играют и не отвлекают от домашних дел или отдыха. Компьютер и телевизор стали своего рода

теленянями, а новое поколение получило название экранного! Более того, мы гордимся тем, что наши дети технически более продвинуты, чем мы. Нас восхищает то, что они не боятся техники, ловко управляют с клавиатурой, преодолевают сложные уровни в играх и переигрывают даже взрослых. Именно этот «комплекс неполноценности» перед компьютером, которого мы не знали в детстве, заставляет с восторгом и опаской относиться к увлечению наших детей. Детям нравится самим манипулировать образами точно так, как рисовать, лепить, пускать мыльные пузыри. Принцип управления изображением на экране дети усваивают благодаря удобным джойстику и пульту. Создатели игр тратят огромные средства на создание новых идей, персонажей и сценариев, учитывая особенности восприятия и моторные навыки малышей. Компьютер также стал признаком семейного достатка и объектом детской зависти. Это довольно дорогое удовольствие, особый подарок на день рождения!

Правило № 323. Ни одна самая совершенная машина не превзойдет человека по уму и способности воображать. Пусть ребенок попытается победить компьютер, придумав вместе с родителями новые миры.

20 НОЯБРЯ

Какие способности развивает компьютер?

Специалисты по детскому развитию сразу взяли под контроль компьютерные игры. Появились данные о том, что технологическое устройство развивает оперативную память, тренируют внимание и моторику, то есть является увлекательным тренажером развития познавательных способностей. Однако даже оптимисты призывали ограничивать время игр, опасаясь вначале за зрение, а потом за интеллект и социальные навыки детей. Позже, когда проблем накопилось, стало ясно, что дети уходят в компьютер с головой, теряя интерес к творчеству и ролевым играм. Соответственно, у них не развиваются воображение и эмпатия (способность сопереживать). Механический перебор вариантов, высокая эмоциональная вовлеченность в игру и полное равнодушие к мнениям и чувствам всех, кто не играет!

Правило № 324. Занятия за компьютером развивают только технические способности – оперативную память и внимание.

21 НОЯБРЯ

В чем причина компьютерной зависимости?

В том-то и дело, что мы формирует высокую самооценку у детей, едва заметив прогресс в игре. Детям нравится, когда ими восхищаются взрослые. Для них это признак любви! Мы считаем, что если уж ребенок справляется с таким сложным устройством, то простые навыки письма, чтения, общения у них сформируются сами. Но в этом и состоит наша ошибка: компьютер – сложное устройство, но требует простых моторных навыков и зрительного контроля. Кроме того, почти каждое действие в игре подкрепляется удовольствием от приближения к призу. Так устроены все азартные игры! Да, компьютерные игры не столько интеллектуальное занятие, сколько способ получения выигрыша, награды легким путем! Легкость, с которой ребенок привыкает получать результат, может стать привычкой, а потом и образом жизни. После того как привычки сформированы, а игра за компьютером стала единственным способом поддержать положительную самооценку, вы нарветесь на детское упрямство, агрессию или апатию, пытаясь взывать к разуму. Ребенок замкнется, предпочтет жить со своей страстью в одиночестве. Альтернативой могут быть только любовь и внимание. Компьютер компенсирует недостаток внимания и любви. Компьютерные игры всегда сопровождаются положительными эмоциями, а общение с родителями далеко не всегда. На фоне компьютерных игр общение в семье может выглядеть блеклым, неинтересным. Признаемся, что до сих пор мы не стремились быть интересными для своих детей. Ведь их потребность в нашей защите, поддержке, любви и так очевидна.

Правило № 325. Одиночество за монитором можно вытеснить интересными совместными занятиями, но начать придется с совместной игры на компьютере. Так мы дадим понять, что нам важны интересы и чувства ребенка.

22 НОЯБРЯ

Компьютер – это единственная радость?

Компьютер может стать единственным источником радости в семье, а игра – способом выживания в атмосфере неприятия, давления и высокомерия со стороны старших. И без того существует много поводов для ревности между детьми. Принцип равенства трудно соблюсти, когда в семье трое детей разного возраста. Они могут стать командой, основанной на принципе взаимопомощи, а могут – стаей, в которой побеждает сильнейший. Любовь к детям – это наша готовность понимать и

помогать им. Компьютер – это всегда повод выразить свое отношение к ребенку. По тому, как мы относимся к интересам и чувствам детей, они судят о том, как мы их любим. Если у вас несколько детей, сравнений не избежать. Наиболее очевидна конкуренция в обучении. Школьные отметки определяют ранг ученика в классе и дома. Родители чаще всего используют компьютер как награду за послушание, старательность и высокие оценки. Получается, что детей поощряют и наказывают дважды – в школе и дома. Конечно, мы должны выражать свое отношение к играм и свои ожидания, но лучше рассматривать компьютер как отдельную активность, в которой стартовые условия у всех равны. А тот, кто проигрывает, отстает, заслуживает не оценки! Ему нужно помочь. Нам следует помогать детям решать конкретные задачи. И единственный способ помочь – показать, подсказать, как это делается, оценить результат и прогресс в обучении, а не наклеивать ярлыки вроде «незнайка», «бездельник», «самый худший ребенок в семье».

Правило № 326. Компьютер не должен быть ни единственной радостью, ни единственной наградой в семье.

23 НОЯБРЯ

А есть ли норма?

Педагоги и психологи разработали нормы для каждого возраста. Дошкольникам рекомендовано проводить за монитором не более получаса, тем, кто уже умеет читать и писать, – час, а младшим школьникам – полтора часа ежедневно. Но как научить соблюдать ребенка установленную норму? Навык контроля времени должен формироваться, как только ребенок впервые оказался перед монитором. Есть простой прием, как это сделать. Расскажите малышу сказку про обезьянку, которая очень любила апельсины, но каждый раз, когда объедалась ими, ей становилось плохо. И тогда мама-обезьянка взяла самый большой апельсин и разделила его на дольки – по одной на каждый будний день и по две на выходные. Ведь в апельсине девять долек! Эту притчу вы легко сможете продемонстрировать. А еще лучше начертить домашний календарик, где напротив каждого дня будет нарисована аппетитная долька... Одна долька – полчаса! Пусть ребенок сам делает пометки и учится управлять своим временем. Элементарный тайм-менеджмент, господа!

Правило № 327. Ориентируйтесь на общие нормативы для детей, ограничивая время работы

ребенка за компьютером.

24 НОЯБРЯ

Как относиться к компьютеру?

Не стоит возводить малыша на постамент только потому, что он отличился хорошей реактивностью и смекалкой, впервые попробовав манипулировать джойстиком. Современному человеку, даже если он выдающийся пианист (профессия, которая требует сходных оперативных характеристик), в большей мере нужны социальные навыки, способность договариваться с людьми и учитывать их интересы! Чрезмерная похвала останавливает развитие ребенка. Он думает, что вершина уже достигнута, нечего напрягаться. В основу самооценки не может быть положена одна-единственная способность! Лучше занять умеренную позицию и формировать отношение к компьютеру как к техническому устройству, которое помогает решать человеку свои собственные задачи. «Компьютер – это наш технический помощник, как телевизор или мобильный телефон!», «У меня тоже есть компьютер в офисе, он помогает мне организовать свою работу!»

Правило № 328. Относитесь к компьютеру умеренно-позитивно, утилитарно – как к техническому помощнику, а не агрессивно, как к заклятому врагу человечества.

25 НОЯБРЯ

А может, махнуть рукой?

Компьютерные игры стали предметом агрессивного маркетинга. При всей пользе новых технологий они могут вытеснить нормальные человеческие отношения, стать суррогатом любви, эмоциональным допингом, а в результате блокировать развитие ребенка, лишить его многих других радостей жизни. Поэтому не время расслабляться. Нужно методически «ставить компьютер на место», снижать его ценность до технического устройства, которое помогает решать вполне человеческие задачи. Сделать это можно, только начав играть с детьми! А на смену игре придут и более сложные формы взаимодействия с миром посредством компьютерной связи. И в какой бы стране ни оказались наши дети, когда вырастут, мы не потеряем с ними контакт.

Правило № 329. В отношении любой проблемы, в том числе компьютерной зависимости, нужно занимать

26 НОЯБРЯ

Можно изучать карту и перемещаться по всему миру.

Если мы действительно хотим, чтобы ребенок завоевал весь мир, он должен этот мир как минимум знать. Ребенок уже в 1,5–2 года может выучить расположение стран на карте, даже если не умеет читать. Он запоминает слова, цветные пятна, которыми обычно обозначаются страны, и их положение на карте. Используются здесь простой условный рефлекс, ассоциативные связи. Это пока пустые матрицы, не наполненные конкретными образами, столь важными для дошкольников. Но лучше сочетать страны с сезонами, место – со временем. К этому же возрасту дети различают зиму и лето и могут понять, что есть страны жаркие, в которых всегда светит солнце, а есть северные, в которых почти всегда зима. Поэтому неплохо было бы «поселить» на карте вырезанные из бумаги солнышки и снежинки. Сразу станет видно, что наверху и внизу живут снежинки, а посередине – солнышки. Но в странах живут и особенные животные. Начинайте всегда со своей страны. Мишки, зайки, лисички – все персонажи народных сказок тут как тут. А вот слоны, львы и страусы будут хозяйничать на Африканском континенте. Животные живут по всему миру. Зато мы теперь можем путешествовать, и животные могут приехать в гости, поселиться в наших зоопарках и работать на арене наших цирков. Люди и животные стали выносливыми, мобильными и теперь могут посмотреть друг другу в глаза.

Но все-таки повадки животных сформировались на родине, в той стране, где живет их большинство. Поэтому медведи продолжают спать зимой, а львы – охотиться. Каждый раз, когда вы вместе с ребенком посещаете зоопарк или цирк, напоминайте, где родина понравившегося животного, показывайте ее на карте. Дети обожают смотреть на животных, и будь их воля, они бы с удовольствием отправились не только в зоопарк, но и по всему миру, хотя бы для того, чтобы посмотреть, как двигаются, что едят, как общаются звери всех мастей. Мир – это не просто набор цветных пятен с неровными границами на карте. Это огромные, заселенные животными и людьми территории, включая морские глубины с их удивительными обитателями.

Правило № 330. Изучайте карту мира, расширяя горизонты ребенка.

27 НОЯБРЯ

Заложите основы кулинарного страноведения.

Специалисты по адаптации семей мигрантов в разных странах мира заметили одну и ту же закономерность: культурный шок начинается с неприятия чужой кухни. Его трудно преодолеть. После того как люди начинают есть чужую еду с аппетитом, они довольно быстро усваивают язык, новые обычаи, обзаводятся друзьями, привыкают к климату и принимают местный образ жизни. Избирательное отношение к еде – это привязанность к своему ареалу, своей группе, своему народу, которая может ассоциироваться с гарантией жизни. За долгие годы небрежного отношения к пище как к чему-то простому, неинтеллектуальному, приземленному мы забыли, что именно она удовлетворяет фундаментальную потребность – жить!

Правило № 331. Расширяя кулинарный кругозор ребенка, мы расширяем телесную метафору его самых разнообразных связей с миром.

28 НОЯБРЯ

Не гасите интерес детей.

Дети любят спрашивать, не подумав. Делают они это не со зла, а только потому, что память у них развивается быстрее, чем мышление. Им легче спросить и запомнить. И признаться, не все, что они запоминают, понятно им. Но у детей есть одно удивительное качество – открытое сознание. Они готовы удивляться. Они готовы к любому развитию событий. Нам остается только не обмануть их самых невероятных ожиданий.

Правило № 332. Главный способ развивать любознательность ребенка – это не отмахиваться от его вопросов.

29 НОЯБРЯ

Когда нельзя задавать лишних вопросов?

Иногда вопрос «почему?» неуместен и выдает невоспитанность ребенка. Когда речь идет о сильных переживаниях, страхах, привязанностях, желаниях, их трудно оценить в тот же миг. Нужно время, чтобы человек осмыслил, что с ним произошло. Некоторые вещи нам приходится принимать на веру. Если ребенок или взрослый говорит: «Мне плохо!», ничего не остается, кроме как поверить.

Правило № 333. Нельзя задавать вопросы о сильных

переживаниях. Любой человек (и ребенок, и взрослый) должен быть спокоен, чтобы оценить реальное положение дел.

30 НОЯБРЯ

Самый главный вопрос в общении людей.

Из всех вопросов, которые мы задаем друг другу, самый главный – вопрос о самочувствии, состоянии, переживаниях другого человека. Если ребенок давно не виделся с приятелем и спешит поделиться с ним новыми игрушками, поиграть, побегать, напомните ему о главном вопросе, задайте его сами при встрече. Главное в мире – это добрые отношения.

Правило № 334. Самый частый вопрос «Как дела?» указывает на важность добрых чувств и отношений.

Декабрь. Тренинг завершённых действий



Конец года – время завершать дела, подводить итоги и выставлять баллы. Как научить ребенка не только мечтать о свершениях, но и оценивать результат?

1 ДЕКАБРЯ

Родители – «достигаторы», а дети – творцы.

Дети обучаются искусству целеполагания по мере взросления. Ставить и достигать цели – сложная активность, которая требует развитого воображения, абстрактного мышления, воли и умения критически отнестись к своим результатам. С каждым годом у них это будет получаться все лучше и лучше. До школы дети готовы играть, а не действовать. Это только кажется, что стоит ребенка научить управлять джойстиком, как он покажет чудеса интеллектуального искусства, лихо справляясь с заданиями, которые и взрослому не по плечу. Все компьютерные игры построены по принципу простых выборов из небольшого количества вариантов. Нужно только сказать «да» или «нет». Это не ребенок управляет компьютером, это компьютер управляет ребенком. Вот если бы дети придумывали игры сами и дизайнили их компьютерные версии... Кататься на велосипеде не значит изобрести велосипед. Активность ребенка очень долго подчиняется принципу удовольствия, а деятельность взрослого – принципу реализма. В условиях простой ролевой игры видно, что дети включены в нее, пока им это нравится. Даже телевизор они

не будут смотреть, если не понимают, что там показывают, или если им это неинтересно. В процессе игры со сверстниками они постоянно отвлекаются и фантазируют, вплетая в сюжет новые ходы.

Правило № 335. Взрослые гордятся тем, что, выбрав цель и методы, строго следуют инструкциям и идут до конца. Дети рады пробовать и придумывать что-то новое.

2 ДЕКАБРЯ

Любовь – это не покупательная способность.

На вопрос, что нового произошло в прошлом году, большинство молодых родителей вспоминают покупки: купил в кредит или поменял машину, квартиру, телевизор. Так мы преподносим главный урок ребенку: важно не то, что происходит с нами, важно, что мы смогли купить. В таком случае ребенок вспомнит игрушки, приставку, велосипед или самокат – заветные приобретения прошлого года. Все самое важное приносят из магазина, смекнут дети. Они с радостью похвалятся не своими достижениями, а родительскими расходами, их финансовыми возможностями. Конечно, когда дети маленькие и не уверены в своих возможностях, родители – их главный аргумент в свою пользу. Дети часто хвастаются своими родителями. Но что они о родителях знают? Если папа и мама не чемпионы мира, это не значит, что им нечем гордиться и нечего рассказать.

Правило № 336. Расскажите ребенку о своих достижениях уходящего года.

3 ДЕКАБРЯ

Если ребенок не знает, какая у вас профессия и что вы делаете целый день, когда уходите на работу, он растет неуверенным в себе человеком.

Дети чувствуют себя нормально, если родители рядом. Когда папа или мама исчезают в дверном проеме, ребенок думает, что его бросают. Только к трем годам происходит устойчивая телесная эмансипация. Ребенок понимает, что взрослые вокруг него живут и действуют отдельно, а не как приложение к его желаниям. В это время он может и сам отталкивать папу или маму. Родители пытаются убедить детей, что выходят ненадолго, до магазина и обратно. Честно говоря, так мы скорее утешаем самих себя, потому что детям не очень понятно, о чем мы говорим. Причинно-следственные связи не очень интересуют

детей, им пока трудно удержать их в уме. Детей интересуют родители, а не то, почему они ушли. Но уже к пяти годам, когда ребенок запоминает простые связи, верит на слово, можно рассказать, чем вы занимаетесь, когда уходите на работу. Родители на удивление мало рассказывают о своих занятиях, потому что дома они хотели бы отдохнуть от рабочих тем. К тому же ребенок не поможет им советом. В результате дети растут в неопределенности. Работа – это что-то большое и злое, стихия, отнимающая у них самих дорогих людей. Они же не могут догадаться сами, как вам интересно работается и что вы счастливы заработать что-то для семьи?

Правило № 337. Рассказывайте о том, что вы делаете на работе. Детям это интересно. Они будут чувствовать себя спокойнее и терпеливо ждать, когда папа и мама вернутся домой.

4 ДЕКАБРЯ

В чем считать достижения? В сантиметрах, килограммах, рублях или баллах?

Как бы ребенок ни гордился родителями, ему тоже есть чем гордиться. Дети должны рассказывать и о своих успехах. Дети развиваются быстрее, чем взрослые, и то, что в начале года было для них достижением, в конце кажется забавой. Наиболее наглядно это видно по изменению роста и веса детей. Обязательно измерьте антропологические характеристики ребенка! Если вы весь год агитировали его есть побольше витаминов, вести подвижный образ жизни, должны же быть результаты этих усилий?

Школа уже побеспокоилась о том, чтобы в конце четверти были выставлены баллы. В младших классах, когда нагрузка в основном по силам детям, тем более если они умели читать-писать до школы, отметки фиксируют не столько прогресс, сколько общее впечатление, которое ребенок производит на учителя. Успеваемость остается относительно ровной по всем предметам. Но цифры – не самое главное. Важно, как изменился его взгляд на жизнь: расширился, упрочился, стал более взрослым? Какие открытия сделаны за последний год? Какие впечатления оказались самыми сильными?

Правило № 338. Цифры помогают фиксировать прогресс в развитии, но счастье ребенка лучше измерять в радостных событиях уходящего года.

5 ДЕКАБРЯ

Вспомните, что красивого произошло в вашей жизни в прошлом году?

Красивое очень трудно передать, его можно только увидеть, услышать, то есть прикоснуться самому. Красивая мелодия из фильма, клип, который стал хитом Интернета, фильм, который смотрели всей семьей... Путешествие, отдых, выходные на природе, проведенные вместе. Наверняка остались фотографии, которые можно пересмотреть. Нужно найти время перебрать их и придумать подписи. Перед праздником будет цейтнот, не будем откладывать по старинной российской привычке тянуть до последнего. К празднику нужно собрать целую коллекцию впечатлений прошлого года. Она пригодится при выборе подарков, подготовке сюрпризов, произнесении тостов.

Правило № 339. Храните и пересматривайте с ребенком свидетельства открытий и событий, которые потрясли ваше воображение. Родитель – это хроникер счастливой жизни ребенка.

6 ДЕКАБРЯ

Достижения, которые нельзя посчитать: знакомства с хорошими людьми, рождение братика или сестрички, прочитанная книжка...

Кроме красоты, которая неисчислима, есть уникальные события, которые озарили прошлый год. Некоторые из них экстраординарны и неповторимы. Например, рождение малыша в вашей семье, или переезд на новую квартиру, или знакомство с новыми друзьями либо еще круче – знаменитостью. Самые главные события всегда связаны с приходом в нашу жизнь значимых людей. Жалко, что мы к этому быстро привыкаем и ценим иногда не их приход, а их удаление или уход. Про это стоит поговорить отдельно, подчеркнуть, поблагодарить год за то, что не оставил нас в одиночестве и тоске... Не спешите считать приходы и расходы. Так завершают год бухгалтеры и финансовые директора, а счастливые люди вспоминают счастливые моменты прошлого года.

Правило № 340. Вспомните, с какими интересными людьми ваша семья познакомилась в прошлом году.

7 ДЕКАБРЯ

Что бы такое придумать на следующий год?

«Если хочешь насмешить Бога, поведай ему о своих планах» – поговорка прагматика Вуди Аллена. Дети должны быть романтиками, а не реалистами. Самые фантастические планы вдохновляют нас на подвиги. Есть мечты, которые сбываются и радуют. Есть мечты, которые сбываются и разочаровывают. А есть мечты, которые никогда не сбываются, но наполняют нашу жизнь надеждой, теплотой и смыслом. Так мечтают дети. В канун Нового года особенно рекомендуется мечтать о том, чтобы полететь в космос, переплыть океан, опуститься на глубину сто тысяч кило метров, подружиться с пингвинами, нарисовать картину во всю стену многоэтажного дома, открыть звезду, отправить инопланетянам немного конфет, съесть самый большой в мире арбуз и т. д. Ребенок должен жить с ощущением, что ему все доступно. Иначе зачем расти? А то получается, что пока ты маленький – ты еще не можешь, а когда ты вырастешь – то уже не сможешь. Дети чувствуют себя обиженными и подавленными, если слышат: «У тебя никогда не будет...», «Ты никогда не сможешь...» Если есть мечта, то кто-то ее обязательно осуществит.

Правило № 341. Мечтайте вместе с детьми о том, что невероятного произойдет, когда они вырастут.

8 ДЕКАБРЯ

Эффект незавершенного действия.

Есть такая страшилка для детей: если что-то не закончить, не доесть пирожок или не помыть тарелку, то они обязательно будут гоняться за вами ночью, станут тормозить и кусать. Эта страшилка описывает впоследствии экспериментально подтвержденный факт: прерванное действие запоминается и хранится в памяти дольше и подробнее, чем то, которое мы уже завершили и можем гулять с чистой совестью. Это эффект незавершенного действия. Например, если во время решения задачи в комнату к испытуемому заходил посторонний и просил бросить задачу и помочь ему переставить столы, испытуемый помнил и через месяц условия задачи, которую ему не дали решить. С решенными задачами этого не происходит. Иногда у людей даже формируется невроз незавершенных действий. Вспомните страх, что вы, уходя из дома, не выключили утюг. Природа человека направлена на достижение цели, завершение начатого. Поэтому детскую страшилку можно рассказать в новой модификации: кто не закончит дела в старом году, тому Дед Мороз отморозит уши. Ну или будет гоняться с посохом по

сугробам, чтобы поколотить. Неслучайно же все взрослые, даже те, кто откладывает всё до понедельника или «до более подходящего момента», торопятся отдать долги, закончить проекты до того, как сядут за праздничный стол.

Правило № 342. Список обязательных к завершению дел должен быть и у ребенка: починка игрушек, подготовка подарков, возврат оставленных другом варежек... Так мы сформируем у детей долговременную установку на завершение больших и важных дел.

9 ДЕКАБРЯ

Не все, что требует завершения, должно быть закончено к Новому году.

Ваш призыв завершить к Новому году все прошлогодние занятия может обрадовать ребенка. Наконец-то ему не нужно будет ходить в детский сад или школу, можно выбросить старые вещи, вот эти зеленые колготки тоже не нужно носить, хватит! Можно доесть все бабушкины ватрушки, чтобы и ее, и себя порадовать, ведь это в последний раз! Зато есть надежда, что купят новую компьютерную игру, сводят в планетарий и, может, заведут собаку. Вам придется объяснить ребенку, что не все, от чего хочется избавиться, можно оставить, бросить навсегда. Бросить и завершить – разные вещи. Например, учиться придется всегда, потому что жизнь меняется и, чтобы не отстать от нее, нужно быть в курсе, интересоваться, читать, тренироваться. Это здорово, потому что некоторые новые дела оказываются увлекательными. Например, устройство автомобиля – это же поэзия! Любить, общаться, играть, помогать, радовать, удивлять, расстраивать, восхищаться, сердиться, страстно желать и бояться могут только живые существа. Люди делают это всегда. И это никогда не закончится – ни в этом, ни в следующем году!

Правило № 343. Ребенок должен знать, что некоторые важные дела нельзя бросить или прекратить выполнять. Мы будем ими заниматься всегда, потому что мы – люди. Птицы же летают каждый день, а рыбы – плавают. А мы учимся, пишем, общаемся, думаем.

10 ДЕКАБРЯ

Почему нельзя бросать друзей?

Если бросить друга, сказать ему: «Я больше не дружу с тобой!», а потом соскучиться, то можно натолкнуться на его

обиду. Он больше не будет считать тебя самым надежным человеком на свете. Бросать людей, животных строго запрещено. Даже если забросить учебу, потом можно наверстать, но если бросить на улице собаку, она умрет от тоски и голода. Все живое требует непрерывного участия и взаимодействия.

Правило № 344. Не все, что хочется бросить, потом можно вернуть.

11 ДЕКАБРЯ

Планирование – основа любой деятельности.

Завершить что-то начатое – очень важный в жизни навык, не только в масштабе года, но и на более коротких временных дистанциях. Например, ребенок побежал на кухню, чтобы взять печенье. После него заходит бабушка и видит, что дверцы всех шкафов открыты. Как будто вор-домушник орудовал. Ребенок искал печенье, потому что помнил только то, что бабушка открывала дверцу и откуда-то его доставала. Если структура навыка не отработана, то потом ребенок вырастет и будет ходить с незастегнутыми брюками, сидеть перед компьютером, не делая толком ничего, жить в доме с открытыми дверцами и ящиками, натываясь на них в темноте. Шишки на голове не проходят, а их хозяин все недоумевает – откуда что берется? Странно, ведь если работает эффект незавершенного действия, то и открытые дверцы должны не выходить из головы, мучить кошмарами? Но происходит это только с произвольными, планируемыми действиями. Если человек сам составил план и следует ему, а потом отвлекается, он обязательно захочет вернуться к осуществлению намеченного. Вот почему важно научить навыкам планирования ребенка. Бабушка перед тем, как отправить ребенка на кухню, может спросить: «А в каком шкафчике ты возьмешь печенье? Вообще-то я его храню в хлебнице на столе». Кстати, проверьте прямо сегодня, а помнит ли ребенок, как расположены мебель и вещи в квартире, где, например, стоит настольная розовая лампа? Если не вспомнит, отправьте его «в путешествие» по квартире, наметьте, дайте наводку... Оказывается, дом, в котором живет ребенок, – неизведанная страна. Как же он будет осваивать этот огромный прекрасный мир?

Правило № 345. Составляйте с ребенком план действий прежде, чем отправите его в неизведанное путешествие.

12 ДЕКАБРЯ

Структура навыка завершения.

Любая деятельность состоит из трех этапов: начало (план) – процесс (средства) – конец (цель). Конец наступает после завершения основной программы, процесса, когда запланированная цель достигнута. Если открыть баночку с вареньем и съесть его, то неплохо было бы закрыть баночку. Мы напрасно ругаем ребенка за то, что он съел без спросу варенье. Нужно ругать за то, что не вымыл баночку и не закрыл ее. Потому что цели он достиг, а дело не довел до конца. Все взрослые люди после завтрака моют тарелки и чашки. Ну, не все, конечно, а те, кого научили. Помимо начать-закончить есть еще целый набор парных действий: включить-выключить, развязать-завязать, разложить-сложить, поднять-опустить, взять-отдать, купить-продать, спросить-ответить и т.п. Поиграйте с ребенком в действия-противоположности. Ему предстоит открыть, что у многих действий есть братья-близнецы, без которых они жить не могут.

Правило № 346. Простые навыки лучше формируются в детстве, пока они кажутся ребенку сложными. Запоминается лучше то, что озадачивает, не получается.

13 ДЕКАБРЯ

Какие еще действия есть кроме «начать» и «закончить»?

Представим, что мы отработали навык начала-завершения, уже определив действия, которые важны сами по себе. Например, можно что-то прочитать, но нельзя прочитать обратно. Тогда уж лучше не начинать. Люди не действуют как рычаги, которые можно поднимать и опускать, по принципу «или-или». Это на первом этапе освоения навыка важно научиться начинать и заканчивать, например влезать на велосипед и слезать с него. Дети, да и взрослые, часто так себя и ведут, что-то начинают и бросают, то есть завершают как попало. Кроме «бросить» есть еще «отложить», «сделать паузу», «снизить темп», «попросить помощи», «повторить сначала». Промежуточные действия между замыслом и целью очень важны. Нельзя сразу переплыть океан, но можно пересечь его, перемещаясь от острова к острову.

Правило № 347. В структуру действий, которым мы обучаем детей, входит ряд операций. Стоит их выделять, называть и отрабатывать отдельно.

14 ДЕКАБРЯ

Избавиться от старого, чтобы освободить место новому.

Считается, что старая традиция выносить хлам из дома имеет итальянское происхождение. В советские времена хлам копили, тащили в дом что ни попадя. К концу жизни какая-нибудь бабушка могла собрать на антресолях четыре пылесоса – и все сломанные. Но выбросить этот хлам ни дети, ни внуки не решались: трагедия! До инфаркта рукой подать. Потому что для бедного человека вещь – это существенная часть его жизни. Чтобы заработать на простую мебель, нужно было копить не один год. У католиков другое отношение к вещам. Ни одна вещь не может определять судьбу человека, если это только не гениальное творение эпохи Возрождения. Поэтому если с вещами связаны какие-то личные воспоминания, причем не самые приятные, от них нужно избавляться. Может быть, новое кресло окажется более счастливым, ну уж точно другим! Вы же выбрасываете письма после неудачной любовной истории? А если нет, то она еще вернется и выстрелит – и хорошо, если не в висок. Как говорил Чехов, если ружье висит на стене в первом акте, то в третьем оно обязательно выстрелит.

Правило № 348. Обратите внимание на то, декорации к какому спектаклю в Новом году вы приготовили для себя и своих детей.

15 ДЕКАБРЯ

Дети очень любят выбрасывать старое, даже если оно только что купленное.

Отношение детей к вещам такое же легкое, как у богатых людей. Не нравится – носить не буду. Надоело – выброшу. Раздражает – сломаю. Дети пока ни за что не платят. Вещи не измеряются ими количеством усилий, потраченных на их приобретение. Ведь чтобы вещь оказалась в доме, на нее нужно заработать, ее нужно выбрать, привезти... Дети бывают удивительно неблагодарны. Их ответ обескураживает: «Я же тебя не просил!», «Почему я должна носить то, что тебе нравится?» Действительно, на то, чтобы спросить мнение ребенка, нам иногда уже просто не хватает сил. Они будут выбирать по принципу «нравится – не нравится», а есть еще и цена, и практичность вещи. Новый год – это повод провести ревизию детских вещей. Правило здесь то же, что и для взрослых: если вещь ни разу не надевалась в прошлом году, от нее нужно избавляться. Способы избавления известны: вынести на стол к

консервату – заберут, кому нужно, отдать в церковь, передарить родственникам или коллегам, у которых есть дети. К одежде можно добавить игрушки. Ребенок легко справится с тем, чтобы разделить их на любимые, нужные и плохие. Плохие, как правило, безнадежно сломанные, можно и выбросить, вместе со сколотой посудой, протертыми на коленках штанишками, пожелтевшим тюлем. А кое-что из нужных игрушек можно подарить тем, у кого нет папы и мамы, а есть только вы и Дед Мороз.

Правило № 349. В конце года вместе с ребенком нужно найти время и разобрать завалы игрушек, вещей, книжек.

16 ДЕКАБРЯ

Сколько грузовиков нужно для переезда?

Темп жизни настолько изменился, что если все нажитое хранить, нигде будет пройти. Радикально изменили наше отношение к вещам и переезды. Сколько грузовиков нужно заказывать, чтобы перевезти приобретения прошлых 3–5 лет? Современным родителям покажется странным, но в советские времена семьи гоняли со старой мебелью по всей стране. Сейчас иногда дешевле все бросить на месте, распродать по дешевке и купить подержанную мебель на новом месте. Но на это нужно решиться. Тот, кто твердо стал на этот путь, хорошо знает, что человеку нужен год, чтобы восстановить прежний образ и уровень жизни. Тот, кто переезжал, эмигрировал, стал жертвой стихии и грабежа, делает это открытие вынужденно. Но потом навсегда запоминает: состав и количество вещей вокруг человека определяются его пристрастиями и привычками. Потерянную вещь человек будет интуитивно стремиться найти и обязательно найдет, потому что все поисковые системы головного и спинного мозга настроены на его сильные желания.

Правило № 350. Умение расставаться со старым – важнейший навык современного человека. Человек обладает удивительным свойством стремиться к тому, что для него крайне важно, и очень быстро снова обрастает привычными вещами и своими людьми.

17 ДЕКАБРЯ

Мелкий подарок дорогого стоит.

С людьми поступать радикально не рекомендуется. Наоборот,

праздники – это время, когда можно спокойно напомнить о себе поздравительной открыткой, небольшим подарком, смс-сообщением, электронным письмом. Любое поздравление, если оно не от налогового инспектора или агента ритуальных услуг, вызовет теплые чувства или даже сентиментальную слезу. Поэтому, готовясь к Новому году, можно спросить ребенка, кого бы он хотел поздравить и не мог бы он помочь написать, нарисовать открытку для родственников. Отсканированный оригинальный рисунок-поздравление – штучная работа, индивидуальный заказ, это лучше электронного трафарета с сияющими гирляндами. Упаковывая сувениры для друзей и их детей, вы научите своего ребенка вырезать снежинки, делать конфетти, приклеивать сердечки. Последнее пригодится очень скоро, когда нужно будет поздравлять пап и мам с их праздниками. Сердечки кажутся взрослым кичем, но это те символы, которые понятны детям.

Правило № 351. Дорог не подарок, а внимание. Внимание – это скоропортящийся деликатес, его подают торжественно, в свежем виде и небольшими порциями.

18 ДЕКАБРЯ

Что попросить у Деда Мороза?

Спор о том, до какого возраста дети верят в Деда Мороза, потерял всякую актуальность. Пора задавать вопрос, до какого возраста взрослые верят в Деда Мороза? Потому что по мере взросления и усложнения задач мы все чаще оглядываемся в поисках чудесной помощи. Мы не верим в Деда Мороза, но не возражаем, если он все-таки чем-то нам поможет. Вот увидите, за несколько мгновений до Нового года женщины начнут жечь записочки, чтобы выпить вместе с шампанским пепел надежды и любви под бой курантов. Мужчины сдержанно загадают желания про себя. Дети скажут капризно: «Да нету никакого Деда Мороза», а утром побегут под елку искать подарки. Есть чудеса или нет, а подарки еще никому не помешали. Взрослые рассчитывают на торжество справедливости и просят здоровья, любви, счастья, богатства. Дети просят что-то большое и красивое. Такой большой атласный мешок, набитый всякой всячиной. Им мало чего-то одного. Это не жадность, это жажда жизни. По сути, все мы – и дети, и взрослые – просим новой жизни. А в жизни детей должно быть много разных возможностей, больших и маленьких, но обязательно красивых и сверкающих, как новогодняя елка.

Правило № 352. Никогда не дарите ребенку что-то

одно. Подарок – это подсказка судьбы. А у судьбы всегда несколько возможностей для каждого из нас.

19 ДЕКАБРЯ

Какого размера должна быть елка?

Мы уже знаем, что на детей производит впечатление все большое, грандиозное, величественное. Традиционно считается, что чем больше елка, тем больше удачи нас ждет в следующем году. Елка, мол, это ритуал подкупа судьбы, а тут экономить не полагается. Но лукавый ритуал можно обойти. Ведь в доме много других мест для подарков и сувениров, конфет и апельсинов. А украшать можно не только елку, но и всю квартиру. В эпоху социально-экономического расслоения семьи имеют разный достаток и богатая елка не всем по карману. Демонстрация богатства и роскоши не всегда корректна по отношению к детям из семей ваших друзей. Если только вы не затеяли детский праздник с особенной программой, Дедом Морозом и Снегурочкой. И ваша личная елка стала коллективной!

Правило № 353. Елка должна быть большой и богато украшенной, но необязательно она должна стоять у вас дома.

20 ДЕКАБРЯ

Почему шары лучше денег? Дорого или красиво?

Ответ на первый вопрос очень простой: потому что мы видим их редко – только в особые дни на новогодней елке. В новогоднюю ночь их не купить. А еще они красивые. Далеко не все, что можно купить, поражает наше воображение. А еще шары светятся ночью, а деньги только шуршат, да и то днем, и рассмотреть их хорошенько могут только продавцы и банкиры. Если бы дети выбирали, в чем измерять богатство, они бы выбрали шары, а не купюры и даже не монеты. Спросите их об этом в канун Нового года. Пора вспомнить о том, что красота не покупается ни за какие деньги мира.

Правило № 354. Праздник – это торжество красивого над дорогим.

21 ДЕКАБРЯ

Родителям вменяется в обязанность дарить подарки детям всех родственников и знакомых.

Новый год и Рождество считаются не только семейными праздниками, но и детскими. Нормальная семья – это коллектив взрослых, которые обеспокоены эмоциональным благополучием своих детей. Это семья детоцентристская. Все взрослые словно одержимые должны думать только об одном – как поздравить детей с Новым годом и раздать как можно больше подарков. На Деда Мороза надейся, а сам не плошай. Нормальное общество – это общество, обеспокоенное будущим своих детей. Каждый приличный взрослый человек должен периодически делать что-то хорошее и безвозмездное для чужих детей. Занятость и наличие своих отпрысков – не оправдание.

Правило № 355. Новый год – это возможность искупления нашей вины перед детьми за то, что мы не всегда бываем внимательны к ним.

22 ДЕКАБРЯ

Искусство коллективных фантазий.

Перед праздником необходимо хорошенько скоординировать свои планы и действия. Мозговой штурм за ужином поможет вам узнать об ожиданиях домочадцев, их готовности к масштабным праздничным мероприятиям и оригинальных идеях. Дети участвуют в обсуждении и получают задания.

Правило № 356. Чтобы праздник не вышел дежурным, к традиционному набору действий, блюд и подарков стоит добавить что-то оригинальное.

23 ДЕКАБРЯ

Кто будет генеральным секретарем в этом году?

Ребенок готов стать универсальным помощником, генеральным секретарем, маленьким органайзером праздника, напоминая родителям о совместных планах. Конечно, можно придумать ему и более почетную должность – президента, капитана, босса. Если ребенка повышают в звании, он чувствует, как прибывают силы и расширяются возможности. Ведь до этого он был самым младшим по званию членом семьи. А теперь он получил такой кредит семейного признания!

Правило № 357. Повышение по рангу ставит ребенка в новую систему ожиданий, расширяет его права, знаменует признание особых способностей, которых в прошлом году еще не было.

24 ДЕКАБРЯ

Всемирный Новый год.

Глобализация объединяет нас со всем миром в период праздников. Русские празднуют, начиная с Рождества католического и заканчивая китайским Новым годом. Пропустить праздник – значит не уважить Судьбу и не получить в будущем подарков. Неплохо бы вместе с ребенком отправить электронные сообщения во все страны проживания ваших родных и знакомых. Приятно себя чувствовать членами огромной веселой семьи.

Правило № 358. Если у семьи есть друзья, которые проживают за рубежом, в странах, которые первые встречают Рождество, обязательно нужно поздравить их.

25 ДЕКАБРЯ

Рождество – это второй день рождения у ребенка.

Когда дети вырастут, у них появится много персональных праздников и традиций, памятных дат, юбилеев, сборов одноклассников и бывших сослуживцев. Это особые дни у взрослых, которые им хочется делить с близкими и любимыми. А у ребенка пока всего два персональных праздника. Родители не всегда помнят об этом, потому что им кажется, что они занимаются детьми каждый день. Дети особенно любят Новый год, потому что это время гарантированных чудес и подарков. Чудеса и сюрпризы случаются всегда, потому что дети не готовят праздник, они не знают, как будут происходить события, кто придет в гости, какие вкусности окажутся на столе, кто и что подарит. Поэтому день рождения Христа – это еще и второй день рождения для каждого ребенка. В этот день мы поздравляем всех младенцев, наших ангелов и звездочек!

Правило № 359. Новый год для детей – это день именинника. В этот день родились все дети, начиная с младенца Христа.

26 ДЕКАБРЯ

День выполнения забытых обещаний.

Целый год мы были очень заняты и, возможно, отложили важное обещание, данное ребенку, на конец года. Обещали сходить в зоопарк, планетарий, цирк, но все как-то не сложилось. Не переживайте – есть еще немного времени. В зоопарке вы не сможете показать ребенку бабочек или дельфинов, слонов и

розовых фламинго, но тигры и волки бродят, ожидая в гости маленьких девочек и мальчиков. В планетарии звезды поменяли расположение, но не стали менее яркими. А в цирке подготовили новую программу.

Правило № 360. Если мы выполняем свои обещания, ребенок убеждается, что вырос в семье, где ответственность и обязательность ценятся очень высоко.

27 ДЕКАБРЯ

Зачем украшать детскую комнату?

Украшая елку и гостиную, не забудьте украсить вместе с детьми их комнату или уголок – снежинками, гирляндами, снеговичками, шарами, конфетками. А игрушки можно украсить ватой, как будто их немного присыпало снегом. Гораздо веселее ложиться спать в волшебной комнате и в волшебную постельку в окружении магических предметов.

Правило № 361. Когда мы с любовью и фантазией украшаем детскую комнату, мы показываем, как любим ребенка и хотим, чтобы он жил в самом красивом доме на свете.

28 ДЕКАБРЯ

Утренники – это детский концерт для родителей.

В конце года в детских садах начинаются утренники, на которые обязательно стремятся попасть родители. Программа утренников состоит из отдельных номеров, дети поют, танцуют, читают стихи. Обязательный номер – хоровод вокруг елки вместе с Дедом Морозом. И хотя программа утренника известна нам всем, для ребенка это может быть первое выступление. Вот почему очень важно прийти и поддержать малыша. Как вы потом будете рассказывать о достижениях своего малыша, если вы ничего не видели? Кто ему поправит жабо и подтянет гольфики? Дети обижаются, если родители не приходят к ним на праздники. Им недостаточно того, что мы просто ежедневно заботимся о них.

Правило № 362. Если родителей нет в минуты триумфа рядом с ребенком, он чувствует, что никто в него не верит, и не ждет ничего особенного, сколько ни старайся.

29 ДЕКАБРЯ

Где бы подсмотреть идеи для праздника?

Если концепция праздника еще не сложилась, стоит подобрать несколько идей. Есть по меньшей мере три источника, которые не подведут. В Интернете можно найти рецепты, подсказки для нарядов и украшений, а также идеи подарков. Второй источник – разговоры с коллегами. Не только вы, но и все окружающие заняты составлением сценария праздника. Ну а третий источник – это вы сами. Некоторые идеи не нужно придумывать заново, их можно вспомнить, просмотрев фотографии предыдущего новогоднего веселья.

Правило № 363. Просмотр фотографий прошлогодних праздников активизирует фантазию, придаст семье сил, а самому празднику – значимость.

30 ДЕКАБРЯ

А если семья маленькая?

Переезд в большой город ограничил ваши возможности собираться за большим семейным столом. Не всегда складываются дружеские компании. А после корпоративов хочется встретить праздник камерно, торжественно, достойно. Если в семье 2–3 человека (ведь многие мамы или папы растят детей в одиночку), можно заранее купить билет в театр или на концерт. В предновогодние дни все программы носят праздничный характер, а в залах царит праздничное настроение. Артисты обязательно придумают какой-нибудь сюрприз и подарят вам и ребенку заряд веселья. А домой вы вернетесь по красивому зимнему городу.

Правило № 364. Поход в театр для маленькой семьи заменит большое семейное застолье.

31 ДЕКАБРЯ

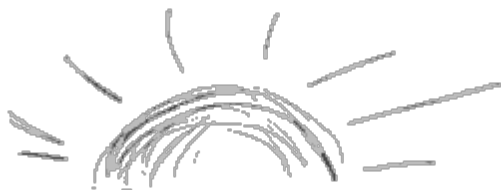
Самый длинный день в году.

Эпицентр этого дня сдвигается на полночь. Очень важно распределить время так, чтобы за праздничным столом все чувствовали себя веселыми и бодрыми. В середине дня полагается немножко поспать или полежать в тишине. Потому что вечер будет суматошным. Не прогоняйте детей, предпраздничная суматоха воспринимается ими как волнительное преддверие чего-то необычного. Они же чувствуют, как родители волнуются, стараются, радуются. Когда еще ребенок попадет в такой

энергетический водоворот? Для ребенка в новогоднем празднике важна не полночь, а утро следующего дня, когда он получает обратную связь от Деда Мороза. Поэтому если после проводов Нового года ребенок оставит записочку, рисунок или подарочек для Деда Мороза, он может с удовольствием отправиться спать, чтобы встать пораньше и проверить «силки».

Правило № 365. Подготовку праздника дети любят больше самого праздника, как актеры предпочитают репетиции выступлениям. Потому что это время проб и импровизаций. Не отстраняйте детей от подготовки к Новому году.

Заключение. Кого вы растите – Пьеро или Буратино?



Чтобы узнать, кто ваш ребенок, оставьте его одного дома.

Дети делятся на две категории. Для первой остаться одному – возможность реализовать свои тайные желания: поиграть в любимую игру, надеться в мамину одежду, проверить ящики, в которых хранятся родительские секреты, зайти на запретные территории, почитать «взрослую книгу», съесть лишнюю порцию сладкого... Это ли не детский рай?

Для второй категории детей остаться одному – значит остаться один на один со своими страхами. Для них пустой дом наводняется зловещими призраками, угрожающими тенями и звуками, время тянется медленно, игрушки кажутся холодными и неживыми, кино и мультфильмы только напоминают о том, что другие дети живут интересно и весело, а вот некоторым не везет... Если уж совсем диагностично, доведя до крайности, то часть детей в своем предельном выражении это «психопаты» (яркий пример – Буратино), а другая часть – «невротики» (Пьеро). Одни ничего не боятся и отрываются на полную катушку, когда им предоставляется такая возможность. Другие боятся всего и мечтают за кого-то уцепиться, спрятаться, притвориться спящими, неживыми, послушными или любящими, мимикрировать, чтобы спастись, достигнуть заветного успокоения.

Все остальные дети расположены между этими двумя полюсами и ведут себя более-менее предсказуемо, упорядоченно и согласно родительским предписаниям. Ночной сон – аналог «один дома». Одним снятся кошмары, и они зовут маму по ночам, а другим – яркие события, и они смеются, ворочаются, что-то бормочут, а утром их можно найти на полу вместе с одеялом и подушкой.

Внимание: если ребенок чувствует нарастающую радость освобождения, когда вы сообщаете, что «придется оставить его одного дома», это означает, что он растет в условиях чрезмерного контроля,

Чтобы понять своего ребенка-Буратино, мамам рекомендуется вспомнить, как легко и приятно походить босиком после высоких шпилек. А папам – как здорово собрать чемодан и уехать в командировку. Или сесть за руль и погонять на скорости.

Девочки и мальчики по-разному используют свободу. Девочки залезают в мамин гардероб, чтобы примерить шляпки, перчатки, манто и шелковые платья. В это время открываются шкатулки с бижутерией, освещаются зеркала, включается музыка и начинаются танцы! Мальчики пробираются через окна лоджий в закрытые папины кабинеты, шарят по письменным столам в поисках секретных записей (а зачем тогда закрывать кабинет?), открывают давно примеченными ключами ящики с инструментами... Сегодня мальчики тоже пшикаются дорогим папиным парфюмом и с интересом, хотя и недолго, рассматривают презервативы...

То есть первое, от чего воспаляется фантазия ребенка-Буратино, – это образ великолепного будущего, примерка образов кумиров, кинодив и супергероев. Страстное желание приблизиться к взрослой, полной возможностей жизни. Попытка перепрыгнуть из детства во взрослую жизнь. Оптимистическое развитие событий, устремленность в будущее. В варианте советского гламура – «Нам нет преград ни в море, ни на суше!» («Марш энтузиастов»).

Казалось бы, различия определяются особенностями психофизики детей. Дети с сильным темпераментом выдерживают разрыв со взрослыми, потому что сами готовы определять правила игры, распоряжаться предоставленной им свободой. Одиночество воспринимается ими именно как свобода передвижения, мысли и действия. А дети со слабым темпераментом, меланхолики грустят, скучают по маме, папе, бабушке, начинают грезить на темы «вот умру – и вы все будете плакать», сидят несколько часов в коридоре, прислушиваясь, не открываются ли двери лифта, не возвращаются ли родители?

Когда мы посадили за один стол детей перестройки и родителей, выросших в советские времена, обнаружилось, что перестроечные дети – в основном «невротики», а их родители – «психопаты»...

Буратино: «Я любил ставить пластинки, одновременно включать телевизор и радио. Можно было все, но недолго!»

Пьеро: «А я включал везде свет, чтобы не было страшно, ставил возле двери совок, чтобы отразить удар врага. Брал в руки часы и ждал, когда ключ начнет поворачиваться в замке и я

услышу: “Не бойся, это мы!”»

У Буратино-отца родился Пьеро-сын. Новое время принесло другие грезы: стремление вернуться в беззаботное и опекаемое детство, устремленность в прошлое... Лучше вообще лежать под теплым одеялом, притворяться спящим или больным, иногда выходить к обеду или пробираться к холодильнику на цыпочках. Главное, чтобы оставили в покое с постоянными требованиями «держат спину», аккуратно есть, чистить зубы и учить уроки.

И «невротики», и «психопаты» отражают амбивалентность национальной традиции: рвать путы, ломиться напролом или, наоборот, по-обломовски выпадать в осадок, погружаться в сон наяву. Более того, Иван Тургенев, автор «Отцов и детей», первый обративший внимание на систематический разрыв поколений в России, утверждал, что поколение Гамлетов (в нашей терминологии – «психопатов», готовых умереть за идею, ломать устоявшиеся нравы, действовать по принципу «или будет все по-моему, или вы все умрете!») всегда сменяется поколением прекраснодушных фантазеров и романтиков, дон кихотов, которые страшно далеки от реальности. Поколение прекраснодушных народовольцев дало поколение отпетых революционеров. Поколение «психопатов», выигравших Великую Отечественную войну, дало поколение прекраснодушных шестидесятников, на смену которым пришли тяжеловесы, циники, бандиты и олигархи. В период разломов более востребованы сильные, амбициозные люди. В период стагнаций – барочные, избыточные, с полетом витиеватых фантазий люди.

Мозолистая свобода без гарантий на счастье против сладкой неволи с гарантией спокойствия, тишины и сытости. Не нужно счастья, достаточно того, что не будет несчастья. Не нужно свободы. Достаточно того, что будет персональный отсек, угол и любимые игрушки.

Итак, «психопаты» вырастили «невротиков». Как это стало возможно? Обычно структура характера воспроизводится в каждом последующем поколении. Генетика плюс модели поведения, которые всегда перед глазами. Но в том-то и дело, что перестройка, во-первых, сломала или поставила под вопрос все, что считалось нормальным и привычным, во-вторых, погнала родителей по многочисленным работам, чтобы прокормить себя и своих детей, поэтому дети не то что моделей, но и самих родителей толком не видели. А если видели, то уставших, озлобленных, отчаявшихся, депрессивных. Наши дети стали единственными свидетелями закулисья «новой жизни» под лозунгами успеха, карьерного роста и быстрого обогащения. Покупая гламурные журналы и пепси-колу, родители ругали

своих начальников, коллег, политиков, которых дети никогда не видели. Но они уже поняли, что стоит выйти за порог, как начнется ад, от которого можно спрятаться только дома, затеряться среди игрушек. Таким образом, изменилась ситуация развития большинства детей. Настроение детей отражает не генетику семьи, а ее социальное положение!

Дорогие родители, пора возвращаться домой, в семью, где вас ждут и где вам верят.

Правило № 365 + 1. Этот год (12 тренингов) – увлекательное возвращение к истинным источникам жизни – любви самых близких людей. Дети – наши проводники в Страну Счастья. Они найдут заветную дверцу, золотой ключик от которой у вас в руках! Пусть эта дверца будет называться Золотой Серединой.

Читайте внимательно эту книгу!